



Утверждаю
Директор

Меню

" 12 " май 2025г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 6								
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из крупы гречневой (с маслом)	220	9,70	11,51	40,83	305,69	173	33,59
	Сыр (порциями) (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,8	15	25,42
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	7,28
	Хлеб пшеничный 20	20	1,58	0,20	9,66	42,72	H	2,09
	Мучное кондитерское изделие (кекс)***	40	3,20	0,40	20,00	108	H	46,48
		500	19,38	18,01	77,73	560,03		114,86
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК								
ОБЕД	Суп картофельный	200	2,02	2,38	15,88	93,38	97	16,62
	Поджарка (свинина)	100	13,69	18,22	5,45	284,05	251	91,52
	Капуста тушеная (из свежей капусты) (обед)	210	5,44	5,63	27,01	165,71	321	42,28
	Кисель из сока плодового с сахаром	200	0,06	0,06	24,64	99,2	359	11,22
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	3,40
	Хлеб ржаной 40	40	1,88	0,28	19,92	85,6	H	4,65
	Мучное кондитерское изделие (кекс)***	40	3,20	0,40	20,00	108	H	46,48
		780	25,46	26,87	107,39	792,02		216,17
ИТОГО ЗА ОБЕД								
ПОЛДНИК	Омлет натуральный	100	8,13	10,87	3,23	165,53	210	35,08
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	7,02	28,44	376	5,42
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	5,29
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	16,07
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК								
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:								
		440	11,89	11,67	39,37	326,41		61,86
		1720	56,73	56,55	224,49	1678,46		

Ст. повар

А.А. Мещеряков



Утверждено
Директор

Меню

12 май 2025г.

Возрастная категория: от 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур ы	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 6								
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из крупы гречневой (с маслом)	250	11,02	13,08	46,40	347,37	173	38,01
	Сыр (порциями) (Российский)	30	6,96	8,85	0,00	109,2	15	39,09
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	7,28
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	3,40
	Мучное кондитерское изделие (кекс)***	40	3,20	0,40	20,00	108	H	46,48
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК								
ОБЕД	Суп картофельный	550	23,81	22,63	88,13	659,47		134,26
	Поджарка (свинина)	250	2,52	2,98	19,85	116,72	97	23,83
	Капуста тушеная (из свежей капусты) (обед)	100	13,69	18,22	5,45	284,05	251	91,52
	Кисель из сока плодового с сахаром	200	0,06	0,06	32,15	197,28	321	60,39
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	24,64	99,2	359	11,22
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,49	64,08	H	3,40
	Мучное кондитерское изделие (кекс)***	40	3,20	0,40	20,00	108	H	3,54
ИТОГО ЗА ОБЕД								
ПОЛДНИК	Омлет натуральный	860	26,52	28,47	111,52	825,53		240,38
	Чай с сахаром	150	12,20	16,30	4,85	248,29	210	52,51
	Хлеб пшеничный 30	200	0,14	0,00	10,00	39,24	376	5,42
	Фрукты св, (яблоко)*	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	3,40
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК								
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		480	15,11	17,00	39,14	398,61	47 338	16,07
		1890	65,44	68,10	268,79	1883,61		77,40

Ст. повар

Подпись