



Утверждено
Директор

Меню
" 18 " апрель 2025г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепту ры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 10								
ЗАВТРАК	Овощи натуральные свежие (помидоры)** (завтрак)	40	0,24	0,08	1,68	7,96	71/1	8,19
	Котлеты домашние (свин/говяж)	100	15,58	18,43	13,07	275,9	271	128,87
	Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом)	100	4,09	2,51	24,04	100	171	10,32
	Чай с лимоном	200	0,14	0,00	10,18	40,9	377	7,28
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	5,29
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	3,54
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК			24,62	21,63	83,23	574,4		163,49
ОБЕД	Суп-лапша домашняя	200	4,20	5,60	21,14	95,5	113	8,10
	Салат из квашеной капусты**	60	0,59	3,03	4,02	46,04	47	8,31
	Отбивная из мяса птицы (курица)	100	12,29	13,05	11,16	213	249	65,68
	Пюре картофельное (обед)	150	2,78	4,38	17,85	122,38	312	22,93
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	22,10
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	5,29
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	H	2,67
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	16,07
ИТОГО ЗА ОБЕД			25,36	27,00	113,45	736,6		151,15
ПОЛДНИК	Суп молочный с макаронными изделиями	150	3,52	5,29	12,84	119,19	120	14,05
	Чай с сахаром	200	0,14	0,00	10,00	39,24	376	5,42
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	5,29
	Кондитерское изделие 25 (печенье)	25	1,88	2,95	18,73	104,28	H	8,61
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК			8,70	8,64	60,89	348,15		33,37
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			58,68	57,27	257,57	1659,15		

Ст. повар *С. Саввадичев*



Утверждаю
Директор

Меню

" 18 " апрель 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 10								
ЗАВТРАК	Овощи натуральные свежие (помидоры в нарезке)** (завтрак)	60	0,36	0,12	2,52	11,94	71/1	12,29
	Котлеты домашние (свин/говяж)	100	15,58	18,43	13,07	275,9	271	128,87
	Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом)	150	6,14	3,76	36,06	150	171	14,22
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	7,28
	Хлеб пшеничный 45	45	3,56	0,45	21,73	96,12	H	5,11
	Хлеб ржаной 40	40	1,88	0,28	19,92	85,6	H	4,65
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		595	27,78	23,04	100,54	650,38	
ОБЕД	Суп-лапша домашняя	250	5,25	7,00	26,42	119,38	113	12,15
	Салат из квашеной капусты**	100	0,99	5,05	6,70	76,73	47	13,85
	Отбивная из мяса птицы (курица)	100	12,29	13,05	11,16	213	249	65,68
	Пюре картофельное (обед)	180	3,33	5,26	21,42	146,86	312	27,51
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	22,10
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	5,29
	Хлеб ржаной 40	40	1,88	0,28	19,92	85,6	H	4,65
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	16,07
ИТОГО ЗА ОБЕД		1010	28,30	31,44	134,94	858,45		167,30
ПОЛДНИК	Суп молочный с макаронными изделиями	250	5,87	8,82	21,40	198,65	120	23,73
	Чай с сахаром	200	0,14	0,00	10,00	39,24	376	5,42
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	3,40
	Кондитерское изделие 25 (печенье)	25	1,88	2,95	18,73	104,28	H	8,61
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		505	10,26	12,07	64,62	406,25		41,16
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2110	66,34	66,55	291,50	1915,08		

Ст. повар

Рубановская