

Утверждено директором

Кудря



Меню на 26 октября 2023

Прием пищи наименование блюда	6-10 лет					цена	11-18 лет				
	Мас са пор ции г.	пищевые вещества			Энерг ети ческа я ценно сть		Мас са пор ции г.	пищевые вещества			Энерг ети ческа я ценно сть
		Б	Ж	У				Б	Ж	У	
Завтрак											
Капуста тушеная	150	3,93	4,84	20,17	130,74	10,00	180	4,72	5,81	24,2	156,4
Котлета из говядины	90	7,48	8,20	4,01	123,73	32,00	100	10,68	11,72	5,74	176,7
Соус сметанный	30	0,6	1,56	1,68	23,4	3,00	40	0,8	2,08	2,24	31,15
Компот из сухофруктов	200	0,33	0,00	22,66	91,98	8,00	200	0,33	0,00	22,66	91,98
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,46	69,89	3,00	40	3,04	0,32	19,28	93,11
Хлеб ржаной	20	1,12	0,24	9,88	38,00	3,50	25	1,4	0,3	12,35	47,5
Итого за завтрак		15,74	15,08	72,86	477,74	59,5		20,97	20,23	86,47	597,4
Обед											
Овощи по сезону	60	0,42	0,06	1,14	9,60	8,00	100	0,7	0,1	1,9	16
Суп с крупой и рыбными консервами	250	6,22	8,21	18,39	170,98	20,00	300	7,46	9,85	22,07	205,1
Картофельная запеканка с мясом	205	25,53	24,78	18,43	400,75	29,00	255	31,91	30,97	23,03	500,9
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	21,69	104,84	4,50	60	4,56	0,48	28,92	139,7
Хлеб ржаной	25	1,4	0,3	12,35	47,5	5,00	35	1,96	0,42	12,79	66,5
Кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	8,00	112,24	15,00	200	5,8	5,0	8,0	112,2
Компот из апельсинов с яблоками	200	0,33	0,00	22,66	91,98	10,00	200	0,33	0,00	22,66	91,98
Итого за обед		43,27	38,96	106,81	956,87	91,5		52,87	47,07	128,0	1151,1
Итого за день		59,01	54,04	179,67	1434,61	151,00		73,84	67,30	214,5	1749,9

Шеф повар

Мальшева О.В.

Утверждено директор

Кудря



Меню на 25 октября 2023

Прием пищи наименование блюда	6-10 лет					цена	11-18 лет				
	Мас са пор ции г.	пищевые вещества			Энерг ети ческа я ценно сть		Мас са пор ции г.	пищевые вещества			Эне ети ческа я цен ность
		Б	Ж	У				Б	Ж	У	
Завтрак											
сырники из творога, запеченные	200	29,22	10,5	29,09	341,37	15,00	250	44	12,5	35,5	570,
Соус фруктовый из кураги	30	2,13	1,50	16,56	88,50	5,00	40	2,83	2	22,02	117,
Масло сливочное порциями	10	0,1	7,20	0,1	57,00	14,00	10	0,1	7,20	0,1	57,0
Кофейный напиток с молоком	200	1,4	1,6	17,35	89,32	4,00	200	1,4	1,6	17,35	89,3
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,46	69,89	3,00	40	3,04	0,32	19,28	93,1
Кондитерские изделия	30	1,92	5,0	20,58	135,0	8,00	40	2,56	6,72	20,58	180,
Кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	8,0	112,24	15,00	200	5,8	5,0	8,0	112,
Итого за завтрак		43,51	27,15	127,52	928,8	65,5		60,67	27,29	146,68	1265,
Обед											
Овощи по сезону	60	0,42	0,06	1,14	9,60	18,00	300	2,94	4,89	16,7	131,
Суп из овощей	250	1,93	5,86	12,59	115,24	18,00	100	26,02	26,02	1,38	346,
Курица отварная	90	6,62	16,04	1,57	179,72	15,00	200	4,72	5,81	24,2	156,
Макароны отварные	150	5,52	5,29	35,32	211,09	9,00	200	0,48	0,25	26,81	110,
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	21,69	104,84	4,50	200	0,33	0	22,66	91,9
Хлеб ржаной	25	1,4	0,3	12,35	47,5	5,00	60	4,56	0,48	28,92	139,
сок	200	1,00	0,2	0,00	36,00	12,00	35	1,96	0,42	17,29	66,5
Итого за обед		20,31	28,11	84,66	703,99	81,5		40,68	37,87	115,3	95,
Итого за день		57,58	59,55	201,60	1636,65	147,00		101,35	65,16	261,98	221,

Шеф повар

Малышева О.В.

Утверждено директор

Кудря



МЕНЮ НА 24 ОКТЯБРЯ 2023

Прием пищи наименование блюда	6-10 лет					цена	11-18 лет				
	Мас са пор ции г.	пищевые вещества			Энерг ети ческа я ценно сть		Мас са пор ции г.	пищевые вещества			Эне ети ческ я цен ность
		Б	Ж	У				Б	Ж	У	
Завтрак											
Овощи по сезону	60	0,42	0,06	1,14	9,6	8,00	100	0,7	0,1	1,9	16
Жаркое по-домашнему	200	22,54	17,33	22,13	334,08	29,00	250	25,61	19,69	25,14	379,1
Кисель	200	1,36	0,00	29,02	116,19	8,00	200	1,36	0,0	29,02	116,19
Хлеб ржаной	20	1,12	0,24	9,88	38,00	3,50	25	1,4	0,3	12,35	47,5
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,46	69,89	3,00	40	3,04	0,32	19,28	93,1
Фрукты	200	0,8	0,8	19,6	94	11,00	200	5,8	5	8	112,1
Итого за завтрак		28,52	18,67	96,23	661,76	62,5		32,91	21,21	107,3	746,1
Обед											
Овощи по сезону	60	0,42	0,06	1,14	9,60	8,00	100	0,7	,07	1,9	16
Суп картофельный с макар.изделиями	250	3,75	3,29	16,84	111,94	18,00	300	4,5	3,95	20,21	134,1
Рыба тушёная в сметанном соусе	120	13,19	11,53	4,8	175,75	20,00	150	15,42	13,47	5,61	205,1
Рис отварной	150	3,88	5,08	40,27	225,17	14,00	180	3,88	5,08	40,27	225,17
Кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	8,0	112,24	18,00	200	5,8	5,0	8,0	112,24
Хлеб ржаной	25	1,4	0,3	12,35	47,50	5,00	35	1,96	0,42	17,29	66,5
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	21,69	104,84	4,50	60	4,56	0,48	28,29	139,1
Итого за обед		32,11	25,87	130,44	891,11	87,5		37,07	28,75	147,6	1003,2
Итого за день		60,63	44,54	226,67	1552,87	150,00		69,98	49,96	254,8	1749,1

Шеф повар

Мальшева О.В.

Утверждено директор

Кудря

МЕНЮ НА 23 ОКТЯБРЯ 2023

Прием пищи наименование блюда	6-10 лет					цена	11-18 лет					
	Мас са пор ции г.	пищевые вещества			Энерг ети ческа я ценно сть		Мас са пор ции г.	пищевые вещества			Эн ети чес я цен ность	
		Б	Ж	У				Б	Ж	У		
Завтрак												
Суп молочный с макаронами	250	6,98	7,65	24,66	195,10	15,00	300	8,38	9,18	29,59	234,00	
Яйцо отварное	40	5,10	4,60	0,3	62,80	7,00	40	5,1	4,6	0,3	62,80	
Сыр порциями	20	2,32	2,95	0,00	36,36	15,00	20	4,64	5,9	0	54,50	
Масло сливочное порциями	10	0,1	7,20	0,1	57,00	14,00	10	0,1	7,20	0,1	57,00	
Какао с молоком	200	3,7	3,93	25,95	153,92	5,00	200	3,7	3,93	25,95	153,92	
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,46	69,89	3,00	40	3,04	0,32	19,28	116,00	
Хлеб ржаной	20	1,12	0,24	9,88	38,00	3,50	25	1,4	0,3	12,35	57,00	
Итого за завтрак		23,92	29,76	75,35	649,43	62,5		26,36	31,43	87,57	721,00	
Обед												
Овощи по сезону	60	0,42	0,06	1,14	9,6	8,00	100	0,7	0,1	1,9	16,00	
Свекольник	250	1,93	6,34	10,05	104,16	15,00	300	6,04	13,56	38,86	179,00	
Голубцы ленивые с соусом	100	14,13	38,13	12,66	450,63	15,00	120	10,44	15,47	10,76	223,00	
Картофельное пюре	150	3,19	6,06	23,29	160,45	20,00	180	3,35	13,38	20,31	215,00	
Сок	200	1,0	0,2	0,0	36,0	12,00	200	0,33	0	22,66	91,90	
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	24,69	104,84	4,50	60	4,56	0,48	28,92	139,00	
Хлеб ржаной	25	1,40	0,30	12,35	47,50	5,00	35	1,96	0,42	17,29	66,50	
Фрукты	200	0,8	0,8	19,6	94	11,00	200	5,8	5	8	112,00	
Итого за обед		26,29	52,25	100,78	1007,18	90,5		33,18	48,41	148,7	1044,00	
Итого за день		50,21	82,01	176,13	1656,61	153,00		63,86	94,05	228,2	1879,00	

Шеф повар



Малышева О.В.

Утверждено директор

Кудря

МЕНЮ НА 23 ОКТЯБРЯ 2023

Прием пищи наименование блюда	6-10 лет					цена	11-18 лет					
	Мас са пор ции г.	пищевые вещества			Энерг ети ческа я ценно сть		Мас са пор ции г.	пищевые вещества			Эн ети чес я цен ность	
		Б	Ж	У				Б	Ж	У		
Завтрак												
Суп молочный с макаронами	250	6,98	7,65	24,66	195,10	15,00	300	8,38	9,18	29,59	234,00	
Яйцо отварное	40	5,10	4,60	0,3	62,80	7,00	40	5,1	4,6	0,3	62,80	
Сыр порциями	20	2,32	2,95	0,00	36,36	15,00	20	4,64	5,9	0	54,50	
Масло сливочное порциями	10	0,1	7,20	0,1	57,00	14,00	10	0,1	7,20	0,1	57,00	
Какао с молоком	200	3,7	3,93	25,95	153,92	5,00	200	3,7	3,93	25,95	153,92	
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,46	69,89	3,00	40	3,04	0,32	19,28	116,00	
Хлеб ржаной	20	1,12	0,24	9,88	38,00	3,50	25	1,4	0,3	12,35	57,00	
Итого за завтрак		23,92	29,76	75,35	649,43	62,5		26,36	31,43	87,57	721,00	
Обед												
Овощи по сезону	60	0,42	0,06	1,14	9,6	8,00	100	0,7	0,1	1,9	16,00	
Свекольник	250	1,93	6,34	10,05	104,16	15,00	300	6,04	13,56	38,86	179,00	
Голубцы ленивые с соусом	100	14,13	38,13	12,66	450,63	15,00	120	10,44	15,47	10,76	223,00	
Картофельное пюре	150	3,19	6,06	23,29	160,45	20,00	180	3,35	13,38	20,31	215,00	
Сок	200	1,0	0,2	0,0	36,0	12,00	200	0,33	0	22,66	91,90	
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	24,69	104,84	4,50	60	4,56	0,48	28,92	139,00	
Хлеб ржаной	25	1,40	0,30	12,35	47,50	5,00	35	1,96	0,42	17,29	66,50	
Фрукты	200	0,8	0,8	19,6	94	11,00	200	5,8	5	8	112,00	
Итого за обед		26,29	52,25	100,78	1007,18	90,5		33,18	48,41	148,7	1044,00	
Итого за день		50,21	82,01	176,13	1656,61	153,00		63,86	94,05	228,2	1879,00	

Шеф повар



Малышева О.В.

Утверждено директор

Кудря



Меню на 19 октября 2023

Прием пищи наименование блюда	6-10 лет					цена	11-18 лет				
	Мас са пор ции г.	пищевые вещества			Энерг ети ческа я ценно сть		Мас са пор ции г.	пищевые вещества			Энерг ети ческа я ценно сть
		Б	Ж	У				Б	Ж	У	
Завтрак											
Овощи по сезону	60	0,42	0,06	1,14	9,6	5,00	100	0,7	0,1	1,9	16
Рыба, запеченная с картофелем по-русски	200	15,85	6,81	22,03	212,38	23,00	250	19,81	8,51	27,53	265,4
Напиток из шиповника	200	0,4	0,2	23,8	100,00	8,00	200	0,4	0,2	23,8	100
Кисломолочный продукт	200	5,60	6,38	8,18	112,24	18,00	200	5,6	6,38	8,18	112,2
Хлеб ржаной	20	1,12	0,24	9,88	38,00	3,50	25	1,4	0,3	12,35	47,5
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,240	14,46	69,89	3,00	40	3,04	0,32	19,28	93,18
Итого за завтрак		25,67	13,93	79,49	542,11	60,5		30,95	15,81	93,04	634,3
Обед											
Суп лапша домашняя	250	2,45	4,89	13,91	109,38	18,00	300	2,94	4,89	16,7	131,2
Птица отварная	90	18,22	18,22	0,97	242,68	18,00	100	26,02	26,02	1,38	346,6
Капуста тушеная	180	5,23	6,44	26,83	173,88	11,00	200	4,72	5,81	24,2	156,8
Компот из яблок и апельсин	200	0,48	0,25	26,81	110,96	16,00	200	0,48	0,25	26,81	110,96
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	21,69	104,84	4,50	60	4,56	0,48	28,92	139,7
Хлеб ржаной	25	1,4	0,3	12,35	47,5	5,00	35	1,96	0,42	17,29	66,5
Итого за обед		31,20	30,46	102,56	789,24	72,50		40,68	37,87	115,3	952,0
Итого за день		56,87	44,39	182,05	1331,35	133,00		71,63	69,49	208,34	1586,47

Шеф повар  Малышева О.В.

Утверждено директором



Кудрявцева С.В.

Меню на 16 октября 2023г

Прием пищи наименование блюда	6-10 лет					цена	11-18 лет					цена
	Мас са пор ции г.	пищевые вещества			Энерг ети ческа я ценно сть		Мас са пор ции г.	пищевые вещества			Энерг ети ческа я ценно сть	
		Б	Ж	У				Б	Ж	У		
Завтрак												
Каша молочная с маслом	200	4,20	8,05	11,09	244,02	15,00	250	7,75	10,06	18,84	277,52	18,5
Яйцо отварное	40	5,10	4,40	0,3	62,80	7,00	40	5,1	4,6	0,3	62,8	7,00
Масло сливочное порциями	10	0,1	7,20	0,1	57,00	14,00	10	0,1	7,20	0,1	57,00	14,00
Какао с молоком	200	1,7	3,93	25,95	153,92	7,00	200	1,7	3,93	25,95	153,92	7,00
Фрукты	200	0,8	0,8	19,6	94	11,00	200	0,8	0,8	19,6	94	11,00
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,46	69,59	3,00	40	3,04	0,32	19,28	11,18	4,00
Хлеб ржаной	20	1,12	0,24	5,88	38,0	3,50	25	1,4	0,3	12,35	47,5	5,25
Итого за завтрак		19,3	25,06	101,38	719,63	60,5		21,89	27,75	116,64	785,92	66,75
Обед												
Овощи по сезону	60	0,42	0,06	1,14	9,6	5,00	100	0,7	0,1	1,9	16	9,00
Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,00	8,33	10,64	107,82	18,00	300	2,51	7,59	12,77	129,36	23,00
Жаркое по-домашнему	200	25,92	15,95	25,45	394,19	30,00	250	25,61	19,69	25,34	378,61	35,00
Сок	200	1,0	0,1	6,0	36,0	12,00	200	1	0,2	0	36	12,00
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	21,60	104,84	4,50	60	4,56	0,48	28,92	139,79	6,00
Хлеб ржаной	25	1,4	0,3	12,35	47,5	5,00	35	1,96	0,42	17,29	66,5	6,00
Итого за обед		34,25	27,18	71,27	689,96	74,5		36,34	28,48	86,02	767,29	91,00
Итого за день		53,55	52,44	172,65	1409,59	135,00		58,23	55,69	202,66	1553,21	157,75

Шеф повар

Малышева О.В.



