

Утверждаю

Зав. производством
А.В.Селивёрстова

МЕНЮ
01 июля 2024 год (понедельник)

Завтрак



Согласовано

и.о. директора
Т.И. Лукьянова

Энергет. Ценность (ккал)	Масса 1 порц./г	
305	200	Каша молочная пшённная с курагой
63	40	Яйцо варёное
129	125	Йогурт вязкий с фруктово-ягодными добавками
66	10	Масло сливочное порционное
42	200/7	Чай с сахаром и лимоном
101	40	Хлеб пшеничный витаминизированный
58	100	Фрукт свежий (яблоко)
Итого: 764		

Обед

Энерг. Ценность (ккал)	Масса 1 порц./г	
21	100	Овощи натуральные (ассорти)
171	250/40	Щи из шпината с яйцом
338	80/80	Гуляш из филе кур
248	180	Макароны фигурные отварные
98	200	Компот из сухофруктов
101	40	Хлеб пшеничный витаминизированный
78	30	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный
47	100	Фрукт свежий (груша)
Итого: 1102		

Полдник

Энерг. Ценность (ккал)	Масса 1 порц./г	
188	33	Мини-кекс
110	200	Сок 0,2 фруктовый
53	18	Мармелад жележный
Итого за полдник: 351		
Итого за день: 2217		

Утверждаю

Зав. производством
А.В.Селивёрстова



и.о. директора
Т.И. Лукьянова

МЕНЮ

02 июля 2024 год (вторник)

Завтрак

Энергет. Ценность (ккал)	Масса 1 порц./г	
210	105/5	Омлет натуральный
104	30/1,05	Кукуруза сахарная консервированная
66	10	Масло сливочное порционное
79	20	Сыр (порциями)
45	50	Творог детский классический
90	200	Чай с молоком
101	40	Хлеб пшеничный витаминизированный
Итого: 695		

Обед

Энергет. Ценность (ккал)	Масса 1 порц./г	
21	100	Овощи натуральные (ассорти)
224	250/10/5	Суп из гороха с гренками и мясом
276	100/100	Рыба, запечённая в томатном соусе
183	180	Картофельное пюре
53	200	Кисель плодово-ягодный
101	40	Хлеб пшеничный витаминизированный
78	30	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный
43	100	Фрукт свежий (абрикос)
Итого: 979		

Полдник

Энергет. Ценность (ккал)	Масса 1 порц./г	
141	30	Печенье бисквитное
120	200	Молочко стерилизованное
58	100	Фрукт свежий (яблоко)
Итого за полдник: 319		
Итого за день: 1993		

Утверждаю

Зав. производством
А.В.Селивёрстова



и.о. директора
Т.И. Лукьянова

МЕНЮ
03 июля 2024 год (среда)

Завтрак

Энергет. Ценность (ккал)	Масса 1 порц./г	
66	10	Масло сливочное порционное
340	150/30	Пудинг из творога с повидлом
129	125	Йогурт вязкий с фруктово-ягодными добавками
96	100	Фрукт свежий (банан)
40	200/10	Чай с сахаром
101	40	Хлеб пшеничный витаминизированный
Итого: 772		

Обед

Энергет. Ценность (ккал)	Масса 1 порц./г	
21	100	Овощи натуральные (ассорти)
203	250	Суп вермишелевый на курином бульоне
287	100	Зразы «Школьные»
288	180	Каша гречневая рассыпчатая с луком
98	200	Компот из сухофруктов
101	40	Хлеб пшеничный витаминизированный
78	30	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный
47	100	Фрукт свежий (груша)
Итого: 1123		

Полдник

Энергет. Ценность (ккал)	Масса 1 порц./г	
136	200	Коктейль молочный
188	40	Печенье
Итого: 466		
Итого за день: 2361		

Утверждаю

Зав. производством
А.В.Селивёрстова



Согласовано

и.о. директора
Т.И. Лукьянова

МЕНЮ

04 июля 2024 год (четверг)

Завтрак

Энергет. Ценность (ккал)	Масса 1 порц./г	
311	100/40	Котлеты (биточки) мясные с соусом красным
99	150	Капуста цветная отварная с маслом
40	200/10	Чай с сахаром
101	40	Хлеб пшеничный витаминизированный
47	100	Фрукт свежий (груша)
Итого: 598		

Обед

Энергет. Ценность (ккал)	Масса 1 порц./г	
21	100	Овощи натуральные (ассорти)
161	250/20	Суп из овощей с фрикадельками
163	100	Суфле рыбное
183	180	Картофельное пюре
110	200	Сок 0,2 фруктовый
101	40	Хлеб пшеничный витаминизированный
78	30	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный
96	100	Фрукт свежий (банан)
Итого: 913		

Полдник

Энергет. Ценность (ккал)	Масса 1 порц./г	
141	30	Печенье бисквитное
204	200	Коктейль молочный с шоколадом
53	18	Мармелад желейный
Итого: 398		
Итого за день: 1909		

Утверждаю

Зав. производством
А.В.Селивёрстова

МЕНЮ
05 июля 2024 год (пятница)



Согласовано

и.о. директора
Т.И. Лукьянова

Завтрак

Энергет. Ценность (ккал)	Масса 1 порц./г	
66	10	Масло сливочное порционное
59	15	Сыр порционный
262	200/10	Каша молочная «Дружба»
45	50	Творог детский классический
101	40	Хлеб пшеничный витаминизированный
58	100	Фрукт свежий (яблоко)
42	200/7	Чай с сахаром и лимоном
Итого: 633		

Обед

Энергет. Ценность (ккал)	Масса 1 порц./г	
79	100	Салат из свежих огурцов с растительным маслом
161	250	Суп картофельный с макаронными изделиями
292	100	Язык отварной
172	200	Рагу из овощей
98	200	Компот из сухофруктов
101	40	Хлеб пшеничный витаминизированный
78	30	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный
141	30	Печенье бисквитное
47	100	Фрукт свежий (киви)
Итого: 1169		

Полдник

Энергет. Ценность (ккал)	Масса 1 порц./г	
110	200	Сок 0,2 фруктовый
188	33	Мини-кекс
129	125	Йогурт вязкий с фруктово-ягодными добавками
Итого за полдник: 427		
Итого за день: 2229		