

МЕНЮ**03.03.2025 понедельник**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)
Завтрак	847	22,65	42,61	70,13	0,66		41,23
Без диеты							
икра кабачковая (консервированная)	91		7,00	7,00		100	
Омлет натуральный	290	13,94	24,83	2,64	0,26	116	
Бутерброд с маслом	136	2,62	8,28	14,89		40	
Кофейный напиток с молоком	212	2,94	1,90	20,90	0,40	200	
хлеб пшеничный высший сорт	118	3,15	0,60	24,70		50	
Итого по Без диеты:	847	22,65	42,61	70,13	0,66	506	41,23
Второй завтрак	419	4,21	3,50	90,78	30,03		69,02
Без диеты							
пряники	218	2,94	2,28	46,38		60	
апельсины свежие	141	1,20	1,20	29,40	30,00	300	
Чай с сахаром	60	0,07	0,02	15,00	0,03	215	
Итого по Без диеты:	419	4,21	3,50	90,78	30,03	575	69,02
Обед	1 196	39,78	38,26	167,01	49,68		205,78
Без диеты							
Капуста тушеная	77	2,04	3,68	7,89	17,08	100	
Суп картофельный с крупой	103	2,37	3,26	14,54	9,90	300	
Жаркое по-домашнему из говядины	459	25,20	28,14	25,80	10,52	350	
хлеб пшеничный высший сорт	236	6,30	1,20	49,40		100	
хлеб ржано - пшеничный	206	3,70	1,90	41,00	0,18	100	
Кисель из смеси сухофруктов	115	0,17	0,08	28,38	12,00	200	
Итого по Без диеты:	1 196	39,78	38,26	167,01	49,68	1150	205,78
Полдник	419	7,74	18,78	58,98	1,59		24,21
Без диеты							
вафли	300	3,66	15,24	41,40		60	
Какао с молоком	119	4,08	3,54	17,58	1,59	200	
Итого по Без диеты:	419	7,74	18,78	58,98	1,59	260	24,21
Ужин	828	28,66	29,23	110,89	128,32		136,35
Без диеты							
овощи натуральные соленые(помидор)	22	1,10	0,20	3,80		100	
Рыба припущенная(скупбрия)	260	16,80	21,20	0,56	0,23	120	
Картофель отварной с маслом сливочным	190	3,82	5,76	30,69	28,00	207	
хлеб пшеничный высший сорт	165	4,41	0,84	34,58		70	

хлеб ржано - пшеничный	103	1,85	0,95	20,50	0,09	50	
сок фруктовый	88	0,68	0,28	20,76	100,00	200	
Итого по Без диеты:	828	28,66	29,23	110,89	128,32	747	136,35
2 Ужин	102	5,80	5,00	8,40	0,60		23,31
Без диеты							
Ряженка 2,5% жирности	102	5,80	5,00	8,40	0,60	200	
Итого по Без диеты:	102	5,80	5,00	8,40	0,60	200	23,31
Итого за день:	3 811	108,84	137,38	506,19	210,88		499,90

Составитель медсестра

(должность)

(подпись)

(ФИО)

Повар

(должность)

(подпись)

(ФИО)

Завскладом

(должность)

(подпись)

(ФИО)

Столовая

с 7 до 11 лет (весенне-летний)

МЕНЮ**03.03.2025 понедельник**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)	Цена (РУБ)
Завтрак	816	21,39	42,37	60,25	0,66		39,72
Без диеты							
икра кабачковая (консервированная)	91		7,00	7,00		100	
Омлет натуральный	290	13,94	24,83	2,64	0,26	116	
Бутерброд с маслом	136	2,62	8,28	14,89		40	
Кофейный напиток с молоком	212	2,94	1,90	20,90	0,40	200	
хлеб пшеничный высший сорт	87	1,89	0,36	14,82		30	
Итого по Без диеты:	816	21,39	42,37	60,25	0,66	486	39,72
Второй завтрак	419	4,21	3,50	90,78	30,03		74,47
Без диеты							
пряники	218	2,94	2,28	46,38		60	
апельсины свежие	141	1,20	1,20	29,40	30,00	300	
Чай с сахаром	60	0,07	0,02	15,00	0,03	215	
Итого по Без диеты:	419	4,21	3,50	90,78	30,03	575	74,47
Обед	1 005	35,64	36,41	129,27	47,94		195,43
Без диеты							
Капуста тушеная	77	2,04	3,68	7,89	17,08	100	
Суп картофельный с крупой	86	1,97	2,72	12,12	8,25	250	
Жаркое по-домашнему из говядины	459	25,20	28,14	25,80	10,52	350	
хлеб пшеничный высший сорт	165	4,41	0,84	34,58		70	
хлеб ржано - пшеничный	103	1,85	0,95	20,50	0,09	50	
Кисель из смеси сухофруктов	115	0,17	0,08	28,38	12,00	200	
Итого по Без диеты:	1 005	35,64	36,41	129,27	47,94	1020	195,43
Полдник	419	7,74	18,78	58,98	1,59		24,17
Без диеты							
вафли	300	3,66	15,24	41,40		60	
Какао с молоком	119	4,08	3,54	17,58	1,59	200	
Итого по Без диеты:	419	7,74	18,78	58,98	1,59	260	24,17
Ужин	745	24,06	25,60	100,10	120,88		119,45
Без диеты							
овощи натуральные соленые(помидор)	22	1,10	0,20	3,80		100	
Рыба припущенная(скупбрия)	217	14,00	17,67	0,47	0,19	95	
Картофель отварной с маслом сливочным	150	2,02	5,66	19,99	20,60	157	
хлеб ржано - пшеничный	103	1,85	0,95	20,50	0,09	50	

хлеб пшеничный высший сорт	165	4,41	0,84	34,58		70	
сок фруктовый	88	0,68	0,28	20,76	100,00	200	
Итого по Без диеты:	745	24,06	25,60	100,10	120,88	677	119,45
2 Ужин	102	5,80	5,00	8,40	0,60		23,28
Без диеты							
Ряженка 2,5% жирности	102	5,80	5,00	8,40	0,60	200	
Итого по Без диеты:	102	5,80	5,00	8,40	0,60	200	23,28
Итого за день:	3 506	98,84	131,66	447,78	201,70		476,52

Составитель медсестра

(должность)

(подпись)

(ФИО)

Повар

(должность)

(подпись)

(ФИО)

Завскладом

(должность)

(подпись)

(ФИО)