

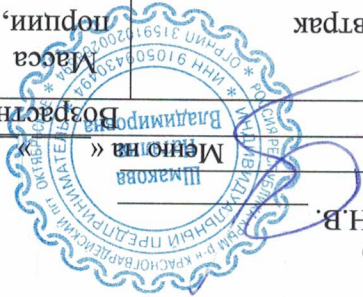
УТВЕРЖДАЮ

ИП Шмакова Н.В.

СОГЛАСОВАНО

Директор

2024 г. День 1 (понеделник)



Возрастная категория 7-11 лет

Завтрак Масса порции, гр ИНН 9105043094 ОГРН 31591200234	Итого за прием пищи	590	15,0	13,4	101,2	592,3	Итого за прием пищи		
		Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8		47,0	338
		Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4		43,5	389
		Соки овощные, фруктовые	180	0,9	0,2	18,2		82,8	2
		Бутерброд с джемом (повидлом)	55	2,4	3,9	27,8		156,0	204
		Макароны отварные с сыром	170	9,1	8,5	36,0		255,2	70/71
		квашеные (по сезону)	60	0,5	0,1	1,0		7,8	
		Овощи натуральные, соленные или							
Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур	Пищевые вещества (г)	Б	Ж	У				

Цена 73 рубля 71 копейка

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур ы
		Б	Ж	У			
Овощи натуральные, соевые или кашежные (по сезону)	60	0,5	0,1	1,0	7,8	70/71	
	200	1,6	4,0	10,4	84,5	82	
	90	6,5	8,5	3,4	114,8	600	
	150	5,1	7,9	31,8	218,2	171	
	180	0,1	0,1	9,5	40,7	342	
	60	4,6	0,4	30,1	142,1	СРБ	
	45	3,0	0,5	15,0	78,3	СРБ	
	785	21,40	21,50	101,20	686,40		
	Итого за прием пищи						

Цена 85 рублей							
----------------	--	--	--	--	--	--	--

Цена 85 рублей

Возрастная категория 12-18 лет														
Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур	Итого за прием пищи	665	17,20	15,20	111,80	659,30	Цена 75 рублей	
		Б	Ж	У										
Овощи натуральные (по сезону)	100	0,8	0,1	1,7		70/71	Макаронные отварные с сыром	200	10,7	10	42,4	300,2	204	
Бутерброд с джемом (повидлом)	55	2,4	3,9	27,8		2	Соки овощные, фруктовые	180	0,9	0,2	18,2	82,8	389	
Хлеб ржаной	30	2	0,4	11,9		СРБ	Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47,0	338	

Цена 75 рублей

Обед		Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Овощи натуральные (по сезону)	100	0,8	5,0	0,1	13,0	105,8	82
	250	2,0	9,4	3,8	127,6	600	
	180	5,8	8,8	37,0	248,3	171	
	180	0,1	0,1	9,5	40,7	342	
	60	4,6	0,4	30,1	142,1	СРБ	
	45	3,0	0,5	15,0	78,3	СРБ	
	915	23,50	24,30	110,10	755,80		
	Итого за прием пищи						
	Хлеб ржаной						
Хлеб пшеничный							
Компот из свежих плодов							
Каша рассыпчатая ячневая с м/сл							
Чахобили из птицы							
Борщ с капустой и картофелем							
70/71							

Цена 90 рублей						
----------------	--	--	--	--	--	--

Цена 90 рублей

Меню на

2024 г. День 2 (вторник)

« Меню на »

Возрастная категория 7-11 лет													
Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур	Ляляш (из говядины)	100	14,6	16,8	2,9	221,0	260
		Б	Ж	У			Картофель отварной с м/с	150	2,9	4,3	23	142,4	310
Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур	Чай черныш байховый с лимоном	186	0,2	0,0	6,2	26,1	377
		Б	Ж	У			Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7	СРБ
							Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	43,5	СРБ
Итого за прием пищи		601	22,90	22,00	70,40	574,70	338						
Цена 73 рубля 71 копейка													
Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур	Винегрет овощной	60	0,8	6,0	4,3	75,1	67
		Б	Ж	У			Расcольник ленинградский	200	1,9	4,1	13,2	97,8	96
							Плов из птицы	200	16,6	21,3	40,8	422,1	291
							Компот из сухофруктов	180	0,4	0,0	27,8	113,7	349
							Хлеб пшеничный	60	4,6	0,4	30,1	142,1	СРБ
							Хлеб ржаной	45	3,0	0,5	15,0	78,3	СРБ
Итого за прием пищи		745	27,30	32,30	131,20	929,00							
Цена 85 рублей													
Возрастная категория 12-18 лет													
Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур	Ляляш (из говядины)	100	14,6	16,8	2,9	221,0	260
		Б	Ж	У			Картофель отварной с м/с	180	3,5	5,2	27,6	170,9	310
							Чай черныш байховый с лимоном	186	0,2	0,0	6,2	26,1	377
							Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4	СРБ
							Хлеб ржаной	30	2	0,4	11,9	60,3	СРБ
Итого за прием пищи		646	24,50	23,10	83,50	643,70	338						
Цена 75 рублей													
Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур	Винегрет овощной	100	1,3	10,0	7,2	125,2	67
		Б	Ж	У			Расcольник ленинградский	250	2,3	5,3	16,4	122,4	96
							Плов из птицы	200	16,6	21,3	40,8	422,1	291
							Компот из сухофруктов	180	0,4	0,0	27,8	113,7	349
							Хлеб пшеничный	60	4,6	0,4	30,1	142,1	СРБ
							Хлеб ржаной	45	3,0	0,5	15,0	78,3	СРБ
Итого за прием пищи		835	28,20	37,50	137,30	1003,80							
Цена 90 рублей													



СОГЛАСОВАНО
Директор

Меню на « _____ » 2024 г. День 3 (среда)

Возрастная категория 7-11 лет						
Завтрак	Масса	порции и, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	№ рецептуры					
	Каша рисовая с изюмом	210	5,9	10,0	46,3	298,9
Вафли витаминизированные	20	1,5	2	15	83,4	СРБ
Кисломолочный напиток	180	5,2	4,5	7,2	95,4	386
Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7	СРБ
Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	43,5	СРБ
Плоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47,0	338
Итого за прием пищи						
		575	17,80	17,40	106,80	662,90
Цена 73 рубля 71 копейка						
Обед	Масса	порции и, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	№ рецептуры					
	Салат из свежей (квашеной) капусты	60	1,0	3,0	5,5	54,0
Суп-лапша с курицей	200	10,1	9,0	8,3	141,2	283
Сердце в соусе (печень тушеная в соусе)	100	13,3	9,2	8,9	177,8	262-261
Каша рассыпчатая гречневая с м/сл	150	8,6	9,4	38,6	272,8	302
Компот из свежих плодов	180	0,1	9,5	40,7	342	
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,4	30,1	142,1	СРБ
Хлеб ржаной	45	3,0	0,5	15,0	78,3	СРБ
Итого за прием пищи						
		795	32,70	27,00	116,90	859,30
Цена 85 рублей						
Возрастная категория 12-18 лет						
Завтрак	Масса	порции и, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	№ рецептуры					
	Каша рисовая с изюмом	210	5,9	10,0	46,3	298,9
Вафли витаминизированные	20	1,5	2	15	83,4	СРБ
Кисломолочный напиток	180	5,2	4,5	7,2	95,4	386
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4	СРБ
Хлеб ржаной	30	2	0,4	11,9	60,3	СРБ
Плоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47,0	338
Итого за прием пищи						
		590	18,80	17,60	115,30	703,40
Цена 75 рублей						
Обед	Масса	порции и, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	№ рецептуры					
	Салат из свежей (квашеной) капусты	100	1,5	5,1	9,3	89,9
Суп-лапша с курицей	250	12,6	11,3	10,4	176,5	283
Сердце в соусе (печень тушеная в соусе)	100	13,3	9,2	8,9	177,8	262-261
Каша рассыпчатая гречневая с м/сл	180	10,0	10,3	44,5	310,2	302
Компот из свежих плодов	180	0,1	9,5	40,7	342	
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,4	30,1	142,1	СРБ
Хлеб ржаной	45	3,0	0,5	15,0	78,3	СРБ
Итого за прием пищи						
		915	35,10	31,20	129,20	957,50
Цена 90 рублей						

УТВЕРЖДАЮ

ИПТ Шмакова Н.В.

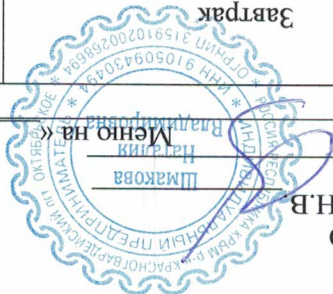
СОЛТАСОВАНО

Директор

2024 г. День 4 (четверг)



Возрастная категория 7-11 лет									
Масса порции, гр	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Завтрак			
						Итого за прием пищи			
60	1,2	5,4	4,7			71,4	СРБ	210	227,2
116	10,9	19,6	2,2			97,5	133	379	127,9
30	3,1	1,5	18,0			94,7	СРБ	43,5	47,0
25	1,7	0,3	8,4			78,3	СРБ		
100	0,4	0,4	9,8						
551	23,40	29,60	87,20			709,20			
Возрастная категория 12-18 лет									
Масса порции, гр	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Обед			
						Итого за прием пищи			
60	0,5	0,1	1,0			7,8	70/71		
200	6,2	38,4	12,8			441,8	248		
110	9,0	13,5	11,9			210,2	239		
150	3,4	8,3	21,6			174,0	312		
180	0,4	0,1	27,8			113,7	349		
60	4,6	0,4	30,1			142,1	СРБ		
45	3,0	0,5	15,0			78,3	СРБ		
805	27,10	61,20	120,20			1167,90			
Возрастная категория 12-18 лет									
Масса порции, гр	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Завтрак			
						Итого за прием пищи			
100	2,0	9,0	7,8			119,0	СРБ	210	227,2
116	10,9	19,6	2,2			97,5	133	379	127,9
30	3,1	1,5	18,0			94,7	СРБ	43,5	47,0
50	3,8	0,3	25,1			118,4	СРБ		
30	2	0,4	11,9			60,3	СРБ		
100	0,4	0,4	9,8						
606	25,20	33,40	98,80			797,30			
Обед									
Масса порции, гр	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Завтрак			
						Итого за прием пищи			
100	2,0	9,0	7,8			119,0	СРБ	210	227,2
116	10,9	19,6	2,2			97,5	133	379	127,9
30	3,1	1,5	18,0			94,7	СРБ	43,5	47,0
50	3,8	0,3	25,1			118,4	СРБ		
30	2	0,4	11,9			60,3	СРБ		
100	0,4	0,4	9,8						
606	25,20	33,40	98,80			797,30			
Обед									
Масса порции, гр	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Завтрак			
						Итого за прием пищи			
100	2,0	9,0	7,8			119,0	СРБ	210	227,2
116	10,9	19,6	2,2			97,5	133	379	127,9
30	3,1	1,5	18,0			94,7	СРБ	43,5	47,0
50	3,8	0,3	25,1			118,4	СРБ		
30	2	0,4	11,9			60,3	СРБ		
100	0,4	0,4	9,8						
606	25,20	33,40	98,80			797,30			
Обед									
Масса порции, гр	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Завтрак			
						Итого за прием пищи			
100	2,0	9,0	7,8			119,0	СРБ	210	227,2
116	10,9	19,6	2,2			97,5	133	379	127,9
30	3,1	1,5	18,0			94,7	СРБ	43,5	47,0
50	3,8	0,3	25,1			118,4	СРБ		
30	2	0,4	11,9			60,3	СРБ		
100	0,4	0,4	9,8						
606	25,20	33,40	98,80			797,30			
Обед									
Масса порции, гр	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Завтрак			
						Итого за прием пищи			
100	2,0	9,0	7,8			119,0	СРБ	210	227,2
116	10,9	19,6	2,2			97,5	133	379	127,9
30	3,1	1,5	18,0			94,7	СРБ	43,5	47,0
50	3,8	0,3	25,1			118,4	СРБ		
30	2	0,4	11,9			60,3	СРБ		
100	0,4	0,4	9,8						
606	25,20	33,40	98,80			797,30			
Обед									
Масса порции, гр	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Завтрак			
						Итого за прием пищи			
100	2,0	9,0	7,8			119,0	СРБ	210	227,2
116	10,9	19,6	2,2			97,5	133	379	127,9
30	3,1	1,5	18,0			94,7	СРБ	43,5	47,0
50	3,8	0,3	25,1			118,4	СРБ		
30	2	0,4	11,9			60,3	СРБ		
100	0,4	0,4	9,8						
606	25,20	33,40	98,80			797,30			
Обед									
Масса порции, гр	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Завтрак			
						Итого за прием пищи			
100	2,0	9,0	7,8			119,0	СРБ	210	227,2
116	10,9	19,6	2,2			97,5	133	379	127,9
30	3,1	1,5	18,0			94,7	СРБ	43,5	47,0
50	3,8	0,3	25,1			118,4	СРБ		
30	2	0,4	11,9			60,3	СРБ		
100	0,4	0,4	9,8						
606	25,20	33,40	98,80			797,30			
Обед									
Масса порции, гр	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Завтрак			
						Итого за прием пищи			
100	2,0	9,0	7,8			119,0	СРБ	210	227,2
116	10,9	19,6	2,2			97,5	133	379	127,9
30	3,1	1,5	18,0			94,7	СРБ	43,5	47,0
50	3,8	0,3	25,1			118,4	СРБ		
30	2	0,4	11,9			60,3	СРБ		
100	0,4	0,4	9,8						
606	25,20	33,40	98,80			797,30			
Обед									
Масса порции, гр	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Завтрак			
						Итого за прием пищи			
100	2,0	9,0	7,8			119,0	СРБ	210	227,2
116	10,9	19,6	2,2			97,5	133	379	127,9
30	3,1	1,5	18,0			94,7	СРБ	43,5	47,0
50	3,8	0,3	25,1			118,4	СРБ		
30	2	0,4	11,9			60,3	СРБ		
100	0,4	0,4	9,8						
606	25,20	33,40	98,80			797,30			
Обед									
Масса порции, гр	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Завтрак			
						Итого за прием пищи			
100	2,0	9,0	7,8			119,0	СРБ	210	227,2
116	10,9	19,6	2,2			97,5	133	379	127,9
30	3,1	1,5	18,0			94,7	СРБ	43,5	47,0
50	3,8	0,3	25,1			118,4	СРБ		
30	2	0,4	11,9			60,3	СРБ		
100	0,4	0,4	9,8						
606	25,20	33,40	98,80			797,30			
Обед									
Масса порции, гр	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Завтрак			
						Итого за прием пищи			
100	2,0	9,0	7,8			119,0	СРБ	210	227,2
116	10,9	19,6	2,2			97,5	133	379	127,9
30	3,1	1,5	18,0			94,7	СРБ	43,5	47,0
50	3,8	0,3	25,1			118,4	СРБ		
30	2	0,4	11,9			60,3	СРБ		
100	0,4	0,4	9,8						
606	25,20	33,40	98,80			797,30			
Обед									
Масса порции, гр	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Завтрак			
						Итого за прием пищи			
100	2,0	9,0	7,8			119,0	СРБ	210	227,2
116	10,9	19,6	2,2			97,5	133	379	127,9
30	3,1	1,5	18,0			94,7	СРБ	43,5	47,0
50	3,8	0,3	25,1			118,4	СРБ		
30	2	0,4	11,9			60,3	СРБ		
100	0,4	0,4	9,8						
606	25,20	33,40	98,80			797,30			
Обед									
Масса порции, гр	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Завтрак			
						Итого за прием пищи			
100	2,0	9,0	7,8			119,0	СРБ	210	227,2
116	10,9	19,6	2,2			97,5	133	379	127,9
30	3,1	1,5	18,0			94,7	СРБ	43,5	47,0
50	3,8	0,3	25,1			118,4	СРБ		
30	2	0,4	11,9			60,3	СРБ		
100	0,4	0,4	9,8						
606	25,20	33,40	98,80			797,30			
Обед									
Масса порции, гр	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Завтрак			
						Итого за прием пищи			
100	2,0	9,0	7,8			119,0	СРБ	210	227,2
116	10,9	19,6	2,2			97,5	133	379	127,9
30	3,1	1,5	18,0			94,7	СРБ	43,5	47,0
50	3,8	0,3	25,1			118,4	СРБ		
30	2	0,4	11,9			60,3	СРБ		
100	0,4	0,4	9,8						
606	25,20	33,40	98,80			797,30			
Обед									
Масса порции, гр	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Завтрак			
						Итого за прием пищи			
100	2,0	9,0	7,8			119,0	СРБ	210	227,2
116	10,9	19,6	2,2			97,5	133	379	127,9
30	3,1	1,5	18,0			94,7	СРБ	43,5	47,0
50	3,8	0,3	25,1			118,4	СРБ		
30	2	0,4	11,9			60,3	СРБ		
100	0,4	0,4	9,8						
606	25,20	33,40	98,80			797,30			
Обед									
Масса порции, гр	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Завтрак			
						Итого за прием пищи			
100	2,0	9,0	7,8			119,0	СРБ	210	227,2
116	10,9	19,6	2,2			97,5	133	379	127,9
30	3,1	1,5	18,0			94,7	СРБ	43,5	47,0
50	3,8	0,3	25,1			118,4	СРБ		
30	2	0,4	11,9			60,3	СРБ		
100	0,4	0,4	9,8						
606	25,20	33,40	98,80			797,30			
Обед									
Масса порции, гр	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Завтрак			
						Итого за прием пищи			
100	2,0	9,0	7,8			119,0	СРБ	210	227,2
116	10,9	19,6	2,2			97,5	133	379	127,9
30	3,1	1,5	18,0			94,7	СРБ	43,5	47,0
50	3,8	0,3	25,1			118,4	СРБ		
30	2	0,4	11,9			60,3	СРБ		
100	0,4	0,4	9,8						
606	25,20	33,40	98,80			797,30			
Обед									
Масса порции, гр	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Завтрак			
						Итого за прием пищи			
100	2,0	9,0	7,8			119,0	СРБ	210	227,2
116	10,9	19,6	2,2			97,5	133	379	127,9
30	3,1	1,5	18,0			94,7	СРБ	43,5	47,0
50	3,8	0,3	25,1			118,4	СРБ		



Возрастная категория 7-11 лет									
Завтрак		Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Цена 90 рублей	
Салат из капусты с огурцом и зеленым горошком	60		Б	Ж	У			70/71	93
Рыба тушеная в томате с овощами	100	10,2	5,4	5,9	114,8	229	381	388	342
Напиток из плодов шиповника	180	0,1	0	18,7	82,7	388	381	388	342
Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7	342	561	309	342
Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	43,5	342	561	309	342
Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47,0	342	561	309	342
Итого за прием пищи	655	31,20	19,70	87,80	661,40	342	561	309	342
Цена 73 рубля 71 копейка									
Обед		Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Цена 85 рублей	
Овощи натуральные, соленые или квашеные (по сезону)	60		Б	Ж	У			70/71	93
Птица запеченная с сыром	100	8,7	9,3	5,6	185,2	93	561	309	342
Макароны из твердых сортов пшеницы с соусом	150	5,6	7,9	35,0	230,8	309	561	309	342
Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	9,5	40,7	342	561	309	342
Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7	342	561	309	342
Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	43,5	342	561	309	342
Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47,0	342	561	309	342
Итого за прием пищи	655	31,20	19,70	87,80	661,40	342	561	309	342
Возрастная категория 12-18 лет									
Завтрак		Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Цена 85 рублей	
Салат из капусты с огурцом и зеленым горошком	60		Б	Ж	У			70/71	93
Рыба тушеная в томате с овощами	100	10,2	5,4	5,9	114,8	229	381	388	342
Напиток из плодов шиповника	180	0,1	0	18,7	82,7	388	381	388	342
Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7	342	561	309	342
Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	43,5	342	561	309	342
Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47,0	342	561	309	342
Итого за прием пищи	655	31,20	19,70	87,80	661,40	342	561	309	342
Цена 73 рубля 71 копейка									
Обед		Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Цена 85 рублей	
Овощи натуральные, соленые или квашеные (по сезону)	60		Б	Ж	У			70/71	93
Птица запеченная с сыром	100	8,7	9,3	5,6	185,2	93	561	309	342
Макароны из твердых сортов пшеницы с соусом	150	5,6	7,9	35,0	230,8	309	561	309	342
Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	9,5	40,7	342	561	309	342
Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7	342	561	309	342
Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	43,5	342	561	309	342
Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47,0	342	561	309	342
Итого за прием пищи	655	31,20	19,70	87,80	661,40	342	561	309	342
Цена 85 рублей									
Завтрак		Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Цена 75 рублей	
Салат из капусты с огурцом и зеленым горошком	100		Б	Ж	У			70/71	93
Рыба тушеная в томате с овощами	100	10,2	5,4	5,9	114,8	229	381	388	342
Напиток из плодов шиповника	180	0,1	0	18,7	82,7	388	381	388	342
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4	388	381	388	342
Хлеб ржаной	30	2	0,4	11,9	60,3	388	381	388	342
Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47,0	388	381	388	342
Итого за прием пищи	740	35,60	24,10	104,40	782,90	388	381	388	342
Цена 75 рублей									
Обед		Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Цена 90 рублей	
Овощи натуральные, соленые или квашеные (по сезону)	100		Б	Ж	У			70/71	93
Птица запеченная с сыром	100	8,7	9,3	5,6	185,2	93	561	309	342
Макароны из твердых сортов пшеницы с соусом	180	6,5	8,4	40,6	262,7	309	561	309	342
Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	9,5	40,7	342	561	309	342
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,4	30,1	142,1	342	561	309	342
Хлеб ржаной	45	3,0	0,5	15,0	78,3	342	561	309	342
Итого за прием пищи	915	25,50	23,70	113,40	825,80	342	561	309	342
Цена 90 рублей									

ИИТ ШМАКОВА Н.В.

Директор

«

Цена 90 рублей

ИИИ ШМАКОВА Н.В.

Директор _____

СОТЛАСОВАНО

2024 г. День 7 (вторник)

Меню на «

<<

[illegible]

ИИТ ШМАКОВА Н.В.

СОТЛАСОВАНО

Директор

2024 г. День 8 (среда)

« МЕНЮ НА »

«

Возрастная категория 7-11 лет	Возрастная категория 12-17 лет	Возрастная категория 18-35 лет	Возрастная категория 36-50 лет	Возрастная категория 51-65 лет	Возрастная категория 66 лет и старше
1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30
31	32	33	34	35	36
37	38	39	40	41	42
43	44	45	46	47	48
49	50	51	52	53	54
55	56	57	58	59	60
61	62	63	64	65	66
67	68	69	70	71	72
73	74	75	76	77	78
79	80	81	82	83	84
85	86	87	88	89	90
91	92	93	94	95	96
97	98	99	100	101	102
103	104	105	106	107	108
109	110	111	112	113	114
115	116	117	118	119	120
121	122	123	124	125	126
127	128	129	130	131	132
133	134	135	136	137	138
139	140	141	142	143	144
145	146	147	148	149	150
151	152	153	154	155	156
157	158	159	160	161	162
163	164	165	166	167	168
169	170	171	172	173	174
175	176	177	178	179	180
181	182	183	184	185	186
187	188	189	190	191	192
193	194	195	196	197	198
199	200	201	202	203	204
205	206	207	208	209	210
211	212	213	214	215	216
217	218	219	220	221	222
223	224	225	226	227	228
229	230	231	232	233	234
235	236	237	238	239	240
241	242	243	244	245	246
247	248	249	250	251	252
253	254	255	256	257	258
259	260	261	262	263	264
265	266	267	268	269	270
271	272	273	274	275	276
277	278	279	280	281	282
283	284	285	286	287	288
289	290	291	292	293	294
295	296	297	298	299	300
301	302	303	304	305	306
307	308	309	310	311	312
313	314	315	316	317	318
319	320	321	322	323	324
325	326	327	328	329	330
331	332	333	334	335	336
337	338	339	340	341	342
343	344	345	346	347	348
349	350	351	352	353	354
355	356	357	358	359	360
361	362	363	364	365	366
367	368	369	370	371	372
373	374	375	376	377	378
379	380	381	382	383	384
385	386	387	388	389	390
391	392	393	394	395	396
397	398	399	400	401	

Возрастная категория 7-11 лет									
Завтрак									
Обед									
Цена 73 рубля 71 копейка									
Обед									
Цена 73 рубля 71 копейка									
Возрастная категория 12-18 лет									
Завтрак									
Обед									
Цена 85 рублей									
Возрастная категория 12-18 лет									
Завтрак									
Обед									
Цена 75 рублей									
Обед									
Цена 90 рублей									



УТВЕРЖДАЮ
ИП Шмакова Н.В.
Директор

Меню на «
2024 г. День 9 (четверг)
Возрастная категория 7-11 лет

ИНН 9103030404 ОГРН 1159103030404 ЗАО «РАК»										Овощи натуральные, соленые или квашеные (по сезону)				60	0,5	0,1	1,0	7,8	70/71	№ рецептур ка ценность (ккал)
Масса		попции, гр		Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	755,70	70/71											
Пшеничные вещества (г)																				
У																				
Тфтели (из говядины) в соусе		110	9,0	13,5	11,9	210,2	278													
Каша расщипчатая гречневая с м/сл		150	8,6	9,4	38,6	272,8	302													
Кисель с витаминами и пребиотиками»Витошка«		180	0,4	0,1	27,1	126,7	СРБ													
Хлеб пшеничный		40	3,1	0,2	20,1	94,7	СРБ													
Хлеб ржаной		25	1,7	0,3	8,4	43,5	СРБ													
Итого за прием пищи		565	23,30	23,60	107,10	755,70														
Цена 73 рубля 71 копейка																				
Винегрет овощной		60	0,8	6,0	4,3	75,1	67													
Суп харчо		200	8,8	10,2	9,2	160,6	252													
Котлета рубленая из птицы		95	15,1	19,7	13,4	291,7	294													
Пюре картофельное м-сл		150	3,4	8,3	21,6	174,0	312													
Компот из сухофруктов		180	0,4	0,0	27,8	113,7	349													
Хлеб пшеничный		60	4,6	0,4	30,1	142,1	СРБ													
Хлеб ржаной		45	3,0	0,5	15,0	78,3	СРБ													
Плоды свежие (яблоки)		100	0,4	0,4	9,8	47,0	338													
Итого за прием пищи		890	32,6	42,1	124	1009,6														
Возрастная категория 12-18 лет																				
Цена 85 рублей																				

СОТЛАСОВАНО
Директор _____

« Меню на »

« Меню на »

[illegible]