

МЕНЮ 2 неделя 1 день

« »

2021 г

| Наименование | Выход, г. | Белки, г. | Жиры, г. | Уг-ды г. | Энерг. Цен., г. |
|------------------------------------|--------------|--------------|-------------|----------|--------------------|
| ЗАВТРАК | | | | | |
| Макароны с сыром | 155 | 8,65 | 13,66 | 32,16 | 287,25 |
| Помидор свежий кусочком | 30 | 0,33 | 0,06 | 1,14 | 7,22 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 6,41 | 26,42 |
| Фрукты свежие | 150 | 1,35 | 0,30 | 12,15 | 64,50 |
| Итого завтрак: 63 руб | 535 | 10,53 | 14,02 | 51,86 | 385,39 |
| ОБЕД | | | | | |
| Салат из моркови и яблок с м.раст. | 60 | 0,5 | 4,1 | 5,2 | 61,2 |
| Суп картофельный с рыбой | 200/20 | 7,64 | 2,66 | 15,93 | 118,41 |
| Котлеты, биточки (особые) | 90 | 14,68 | 20,73 | 12,73 | 296,06 |
| Рагу овощное | 150 | 2,48 | 8,02 | 16,54 | 149,31 |
| Сок фруктовый | 180 | 0,90 | 0,18 | 18,18 | 77,40 |
| Батон нарезной об. микр. | 50 | 3,75 | 1,45 | 25,70 | 131,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный об. микр. | 40 | 2,65 | 0,35 | 16,96 | 81,58 |
| Итого обед: 110 руб | 790 | 32,60 | 37,49 | 111,24 | 914,96 |
| ОБЕД | | | | | |
| Салат из моркови и яблок с м.раст. | 100 | 0,83 | 6,83 | 8,67 | 102,0 |
| Суп картофельный с рыбой | 250/20 | 6,72 | 3,12 | 19,99 | 135,21 |
| Котлеты, биточки (особые) | 100 | 16,37 | 27,41 | 14,37 | 369,46 |
| Рагу овощное | 180 | 2,97 | 9,62 | 19,81 | 179,01 |
| Сок фруктовый | 180 | 0,90 | 0,18 | 18,18 | 77,40 |
| Фрукты свежие | 150 | 1,35 | 0,30 | 12,15 | 64,50 |
| Батон нарезной об. микр. | 60 | 4,00 | 1,74 | 27,84 | 142,20 |
| Хлеб ржано-пшеничный об. микр. | 40 | 2,65 | 0,35 | 16,96 | 81,58 |
| Итого обед: 173 руб | 1070 | 35,79 | 49,55 | 137,97 | 952,45 |

**МЕНЮ 2 неделя 2 день**

« » 2021 г

| Наименование | Выход, г. | Белки, г. | Жиры, г. | Уг-ды г. | Энерг. Цен., г. |
|---|--------------|--------------|-------------|----------|--------------------|
| ЗАВТРАК | | | | | |
| Бутерброд с джемом | 20/20 | 1,62 | 0,60 | 24,86 | 109,20 |
| Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 150/5 | 2,23 | 6,03 | 6,68 | 90,41 |
| Какао с молоком | 200 | 3,87 | 3,10 | 11,20 | 89,50 |
| Йогурт в индивидуальной упаковке | 125 | 3,50 | 3,13 | 5,64 | 70,64 |
| Итого завтрак: 63 руб | 520 | 11,22 | 12,86 | 48,38 | 359,75 |
| ОБЕД | | | | | |
| Огурец соленый кусочком | 60 | 0,48 | 0,06 | 1,02 | 7,80 |
| Борщ с фасолью и картофелем, со сметаной | 200/5 | 3,03 | 2,70 | 12,49 | 89,66 |
| Суфле рыбное (паровое) | 90 | 12,22 | 7,62 | 1,88 | 151,44 |
| Пюре картофельное | 150 | 3,28 | 5,24 | 22,06 | 148,92 |
| Напиток из клюквы, протерт. с сах. | 180 | 0,07 | 0,05 | 22,34 | 87,75 |
| Батон нарезной об. микр. | 50 | 3,75 | 1,45 | 25,70 | 131,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный об. микр. | 40 | 2,65 | 0,35 | 16,96 | 81,58 |
| Итого обед: 110 руб | 775 | 25,48 | 17,47 | 102,45 | 698,15 |
| ОБЕД | | | | | |
| Огурец соленый кусочком | 100 | 0,80 | 0,10 | 1,70 | 13,00 |
| Борщ с фасолью и картофелем, со сметаной | 250/10 | 3,93 | 6,00 | 15,88 | 139,13 |
| Суфле рыбное (паровое) | 100 | 14,40 | 8,60 | 3,05 | 204,73 |
| Пюре картофельное | 180 | 3,91 | 6,26 | 26,47 | 178,36 |
| Напиток из клюквы, протерт. с сах. | 180 | 0,07 | 0,05 | 22,34 | 87,75 |
| Батон нарезной об. микр. | 125 | 3,50 | 3,13 | 5,64 | 70,64 |
| Хлеб ржано-пшеничный об. микр. | 60 | 4,00 | 1,74 | 27,84 | 142,20 |
| Йогурт в индивидуальной упаковке | 125 | 3,50 | 3,13 | 5,64 | 70,64 |
| Итого обед: 173 руб | 1035 | 33,26 | 26,23 | 119,88 | 917,39 |

Заведующий производством _____

**МЕНЮ 2 неделя 3 день**

« »

2021 г

| Наименование | Выход, г. | Белки, г. | Жиры, г. | Уг-ды г. | Энерг. Цен., г. |
|--|--------------|--------------|-------------|----------|--------------------|
| ЗАВТРАК | | | | | |
| Омлет натуральный | 150 | 15,07 | 26,33 | 2,79 | 308,56 |
| Горошек зеленый отварной | 30 | 0,93 | 0,06 | 1,95 | 12,00 |
| Кофейный напиток | 200 | 2,27 | 1,25 | 12,68 | 71,42 |
| Фрукты свежие | 110 | 0,44 | 0,44 | 10,78 | 51,70 |
| Батон нарезной об. микр. | 25 | 1,88 | 0,73 | 12,85 | 65,50 |
| Итого завтрак: 63 руб | 515 | 20,59 | 28,81 | 41,05 | 509,18 |
| ОБЕД | | | | | |
| Салат из свеклы отварной с маслом растительным | 60 | 0,86 | 5,05 | 5,02 | 68,89 |
| Суп из овощей со сметаной | 200/5 | 1,70 | 4,27 | 9,26 | 85,01 |
| Биточки рубленые из птицы | 90 | 15,85 | 17,18 | 9,28 | 255,04 |
| Рис припущенный | 150 | 3,74 | 4,66 | 39,26 | 213,89 |
| Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах | 180 | 0,00 | 0,00 | 26,49 | 105,96 |
| Батон нарезной об. микр. | 50 | 3,75 | 1,45 | 25,70 | 131,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный об. микр. | 40 | 2,65 | 0,35 | 16,96 | 81,58 |
| Итого обед: 110 руб | 775 | 28,55 | 32,96 | 131,97 | 941,37 |
| ОБЕД | | | | | |
| Салат из свеклы отварной с маслом растительным | 100 | 1,41 | 6,09 | 8,27 | 93,42 |
| Суп из овощей со сметаной | 250/10 | 2,18 | 5,89 | 11,54 | 113,12 |
| Биточки рубленые из птицы паровые | 100 | 16,27 | 20,11 | 9,25 | 282,78 |
| Рис припущенный | 180 | 4,51 | 5,59 | 44,41 | 258,00 |
| Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах | 180 | 0,00 | 0,00 | 26,49 | 105,96 |
| Фрукты свежие | 110 | 0,44 | 0,44 | 10,78 | 51,70 |
| Батон нарезной об. микр. | 60 | 4,00 | 1,74 | 27,84 | 142,20 |
| Хлеб ржано-пшеничный об. микр. | 40 | 2,65 | 0,35 | 16,96 | 81,58 |
| Итого обед: 173 руб | 1020 | 31,46 | 40,21 | 155,54 | 928,76 |

Заведующий производством _____



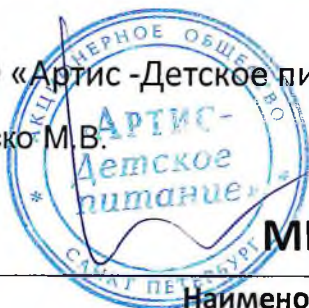
МЕНЮ 2 неделя 4 день

« »

2021 г

| Наименование | Выход, г. | Белки, г. | Жиры, г. | Уг-ды г. | Энерг. Цен., г. |
|---|--------------|--------------|-------------|----------|--------------------|
| ЗАВТРАК | | | | | |
| Бутерброд с сыром | 15/20 | 4,98 | 5,01 | 10,28 | 107,00 |
| Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом сливочным | 150/5 | 5,15 | 7,50 | 20,51 | 170,69 |
| Чай с сахаром и лимоном | 200/5 | 0,25 | 0,01 | 6,56 | 28,12 |
| Йогурт в индивидуальной упаковке | 125 | 3,50 | 3,13 | 5,64 | 70,64 |
| Итого завтрак: 63 руб | 515 | 13,88 | 15,65 | 42,99 | 376,45 |
| ОБЕД | | | | | |
| Салат из квашеной капусты с маслом растительным | 60 | 0,97 | 3,06 | 4,96 | 52,67 |
| Рассольник ленинградский со сметаной | 200/5 | 1,99 | 4,36 | 13,77 | 105,20 |
| Жаркое по-домашнему со свининой | 240 | 18,37 | 19,10 | 22,78 | 290,60 |
| Сок фруктовый | 180 | 0,90 | 0,18 | 18,18 | 77,40 |
| Батон нарезной об. микр. | 50 | 3,75 | 1,45 | 25,70 | 131,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный об. микр. | 40 | 2,65 | 0,35 | 16,96 | 81,58 |
| Итого обед: 110 руб | 775 | 28,63 | 28,50 | 102,35 | 738,45 |
| ОБЕД | | | | | |
| Салат из квашеной капусты с маслом растительным | 100 | 1,59 | 5,09 | 7,74 | 85,53 |
| Рассольник ленинградский со сметаной | 250/10 | 2,59 | 6,02 | 17,35 | 139,22 |
| Жаркое по-домашнему со свининой | 280 | 21,37 | 21,65 | 26,55 | 314,18 |
| Сок фруктовый | 180 | 0,90 | 0,18 | 18,18 | 77,40 |
| Йогурт в индивидуальной упаковке | 125 | 3,50 | 3,13 | 5,64 | 70,64 |
| Батон нарезной об. микр. | 60 | 4,00 | 1,74 | 27,84 | 142,20 |
| Хлеб ржано-пшеничный об. микр. | 40 | 2,65 | 0,35 | 16,96 | 81,58 |
| Итого обед: 173 руб | 1035 | 36,60 | 38,16 | 120,26 | 910,75 |

Заведующий производством _____

**МЕНЮ 2 неделя 5 день**

« »

2021 г

| Наименование | Выход, г. | Белки, г. | Жиры, г. | Уг-ды г. | Энерг. Цен., г. |
|--|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------------|
| ЗАВТРАК | | | | | |
| Пудинг из творога с яблоками | 50 | 7,13 | 6,46 | 7,55 | 119,45 |
| Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным | 150/5 | 4,60 | 6,26 | 22,92 | 166,08 |
| Чай с молоком | 200 | 2,10 | 2,50 | 11,21 | 80,42 |
| Фрукты свежие | 100 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 38,00 |
| Итого завтрак: 63 руб | 505 | 14,63 | 15,42 | 49,18 | 403,95 |
| ОБЕД | | | | | |
| Винегрет овощной | 60 | 0,86 | 6,10 | 4,64 | 77,53 |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 200 | 2,30 | 2,77 | 16,64 | 105,00 |
| Сердце в соусе | 100 | 11,41 | 7,48 | 5,00 | 118,11 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,72 | 6,40 | 39,44 | 249,92 |
| Напиток из плодов шиповника | 180 | 0,29 | 0,13 | 19,00 | 79,47 |
| Батон нарезной об. микр. | 50 | 3,75 | 1,45 | 25,70 | 131,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный об. микр. | 40 | 2,65 | 0,35 | 16,96 | 81,58 |
| Итого обед: 110 руб | 780 | 29,98 | 24,68 | 127,38 | 842,61 |
| ОБЕД | | | | | |
| Винегрет овощной | 100 | 1,42 | 10,17 | 7,69 | 128,96 |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 250 | 2,90 | 2,94 | 20,84 | 121,81 |
| Сердце в соусе | 100 | 11,41 | 7,48 | 5,00 | 118,11 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 10,49 | 7,69 | 43,44 | 270,52 |
| Напиток из плодов шиповника | 180 | 0,29 | 0,13 | 19,00 | 79,47 |
| Фрукты свежие | 100 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 38,00 |
| Батон нарезной об. микр. | 60 | 4,00 | 1,74 | 27,84 | 142,20 |
| Хлеб ржано-пшеничный об. микр. | 40 | 2,65 | 0,35 | 16,96 | 81,58 |
| Итого обед: 173 руб | 1010 | 33,96 | 30,70 | 148,27 | 980,65 |

Заведующий производством _____