



МЕНЮ

22 января 2024 г.

7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
МАКАРОНЫ С СЫРОМ масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, макаронные изделия высш. сорт, сыр российский, масло сладко-сливочное несоленое	250	10	11,8	45	318
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, сахар песок, лимон	200	0,2		4,9	21
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	50	2,8	12,6	17,7	195
Итого		13	24,4	67,6	534
Цена					67-00
Обед					
САЛАТ ОВОЩНОЙ кукуруза консервированная, соль йодированная, капуста белокачанная, лимонная кислота, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый	80	1,1	3,1	3,2	45
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ картофель, соль йодированная, горох лущеный, лук репчатый, морковь красная, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая	200	3,5	1,8	12	146
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ крупка рисовая длинный, грудка куриная, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь красная, томатная паста	250	0,5	3,8	2,4	370
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, аскорбиновая кислота	200			9,1	36
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,2	0,2	13,7	64
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	30	2,7	0,4	17	82
Итого		10	9,3	57,4	743
Всего		23	33,7	125	1277
Цена					78-00

Повар _____

Полмиков



МЕНЮ

22 января 2024 г.

12-17 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
МАКАРОНЫ С СЫРОМ масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, макаронные изделия высшего сорта, сыр российский, масло сладко-сливочное несоленое	300	0,6	4,6	2,9	382
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, сахар песок, лимон	200	0,1		4,8	21
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшенич.формовой мука 1 сорт	50	2,8	12,6	17,7	195
Итого		3,5	17,2	25,4	598
Цена					68-44
Обед					
САЛАТ ОВОЩНОЙ кукуруза консервированная, соль йодированная, капуста белокачанная, лимонная кислота, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый	100	1,4	3,9	4	56
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ картофель, соль йодированная, горох лущеный, лук репчатый, морковь красная, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая	250	4,4	2,2	15,1	264
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ крупа рисовая длинный, грудка куриная, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь красная, томатная паста	280	0,6	4,3	2,7	276
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, аскорбиновая кислота	200			9,1	36
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшенич.формовой мука 1 сорт	50	3,6	0,3	22,8	107
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	40	4	0,5	25,4	122
Итого		14	11,2	79,1	861
Всего		17,5	28,4	104,5	1459
Цена					84-90

Повар _____



МЕНЮ

23 января 2024 г.

7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША "ДРУЖБА" соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок	230	8,3	16	41	332
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, джем из черной смородины	70	3,8	0,3	37,4	163
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности	200	3,9	3,1	11,9	89
Итого		16	19,4	90,3	584
Цена					67-00
Обед					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ картофель, свекла, морковь красная, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый	80	1,2	3,2	7,1	62
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ соль йодированная, вермишель, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая	200	1,3	1,7	9,6	271
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ соль йодированная, филе минтая, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированое	100	19,1	5,2	3,7	135
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль йодированная, картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	150	4,4	10,5	23,7	202
КИСЕЛЬ ПЛОДОВОЯГОДНЫЙ кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, аскорбиновая кислота	200			21,9	87
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,2	0,2	13,7	64
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	30	2,7	0,4	17	82
Итого		33,1	21,3	99,1	901
Всего		49,1	40,7	189,4	1485
Цена					78-00

Повар _____



МЕНЮ

23 января 2024 г.

12-17 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША "ДРУЖБА" соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, крупа рисовая, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок	280	10,1	19,5	49,9	405
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, джем из черной смородины	70	3,8	0,3	37,4	163
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности	200	3,9	3,1	11,9	89
Итого		17,8	22,6	61,8	657
Цена					68-44
Обед					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ картофель, свекла, морковь красная, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый	100	1,5	4	8,9	77,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ соль йодированная, вермишель, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая	250	1,6	2,1	12,1	285
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ соль йодированная, филе минтая, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное	100	19,1	5,2	3,7	135
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль йодированная, картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	180	5,3	12,6	28,5	242
КИСЕЛЬ ПЛОДОВОЯГОДНЫЙ кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, аскорбиновая кислота	200			21,9	87
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	50	3,6	0,3	22,8	107
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	40	4	0,5	25,4	122
Итого		35,1	24,7	123,3	1055
Всего		52,9	47,3	185,1	1712
Цена					84-90

Повар _____



МЕНЮ

24 января 2024 г.

7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КОТЛЕТА МЯСНАЯ В СОУСЕ говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, хлеб пшеничный в/с, грудка куриная, соль йодированная, сухари панировочные	90	4,2	6,2	10,5	138
РИС ОТВАРНОЙ крупа рисовая длинный, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	160	0,1	4,5	0,1	139
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	50	3,6	0,3	22,8	107
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	200	4	3,3	10,4	86
Итого		7,7	8,1	33,3	470
Цена					67-00
Обед					
САЛАТ-БАР масло подсолнечное рафинированное, кукуруза консервированная, огурцы грунтовые, горошек зеленый, соль йодированная	80	1,1	2,9	5	49
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ соль йодированная, сметана 15% жирности, капуста белокачанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, вода питьевая	200	1,7	3,7	6,7	71
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ соль йодированная, говядина б/к, грудка куриная, масло подсолнечное рафинированное, картофель, морковь красная, томатная паста, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт	250	16,6	35,6	22	457
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ аскорбиновая кислота, апельсин, вода питьевая, сахар песок	200	0,3	0,1	11,8	50
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,2	0,2	13,7	64
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	30	2,7	0,4	17	82
СЕЗОННЫЙ ФРУКТ яблоки	200	0,8	0,8	17,8	85
Итого		25,4	43,7	94	858
Всего		33,1	51,8	127,3	1328
Цена					78-00

Повар _____



МЕНЮ

24 января 2024 г.

12-17 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КОТЛЕТА МЯСНАЯ В СОУСЕ говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, хлеб пшеничный в/с, грудка куриная, соль йодированная, сухари панировочные	100	4,7	6,9	11,7	177
РИС ОТВАРНОЙ крупа рисовая длинный, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	200	0,1	5,6	0,1	174
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшенич.формовой мука 1 сорт	50	3,6	0,3	22,8	107
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	200	4	3,3	10,4	86
Итого		7,7	9,2	33,3	544
Цена					68-44
Обед					
САЛАТ-БАР масло подсолнечное рафинированное, кукуруза консервированная, огурцы грунтовые, горошек зеленый, соль йодированная	100	1,4	3,6	6,2	61
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ сметана 15% жирности, соль йодированная, капуста белокачанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, вода питьевая	250	2,1	4,6	8,4	89
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ соль йодированная, говядина б/к, грудка куриная, масло подсолнечное рафинированное, картофель, морковь красная, томатная паста, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт	280	18,6	39,9	24,6	512
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ аскорбиновая кислота, апельсин, вода питьевая, сахар песок	200	0,3	0,1	11,8	50
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшенич.формовой мука 1 сорт	50	3,6	0,3	22,8	107
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	40	4	0,5	25,4	122
СЕЗОННЫЙ ФРУКТ яблоки	200	0,8	0,8	17,8	85
Итого		30,8	49,8	117	1026
Всего		38,5	59	150,3	1570
Цена					84-90

Повар _____



МЕНЮ

25 января 2024 г.

7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ ПТИЦЫ грудка куриная, соль йодированная, картофель, морковь красная, лук репчатый, капуста белокачанная, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш. сорт, томатная паста	250	22	5,4	22,3	451
ЧАЙ С САХАРОМ аскорбиновая кислота, чай черный байховый, сахар песок	200	0,1		4,7	19
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшенич.формовой мука 1 сорт	50	3,6	0,3	22,8	107
Итого		22,1	5,4	27	470
Цена					67-00
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ морковь красная, соль йодированная, капуста белокачанная, лимонная кислота, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый	80	1,3	1,6	4,5	38
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ соль йодированная, картофель, крупа рисовая, морковь красная, лук репчатый, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное	200	1,6	1,7	12,3	141
БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ В СОУСЕ морковь красная, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, соль йодированная, томатная паста, грудка куриная, вода питьевая, мука пшеничная высш. сорт, хлеб пшенич.формовой мука 1 сорт, сухари панировочные	90	2,5	5,8	13,6	114
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое	160	5,6	8,3	34,3	228
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ аскорбиновая кислота, лимон, вода питьевая, сахар песок	200	0,1		9,5	40
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшенич.формовой мука 1 сорт	40	2,2	0,2	13,7	64
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	30	2,7	0,4	17	82
Итого		16	18	104,9	707
Всего		38,1	23,4	131,9	1177
Цена					78-00

Повар _____



МЕНЮ

25 января 2024 г.

12-17 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ ПТИЦЫ грудка куриная, соль йодированная, картофель, морковь красная, лук репчатый, капуста белокачанная, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш. сорт, томатная паста	300	26,4	6,5	26,7	420
ЧАЙ С САХАРОМ аскорбиновая кислота, чай черный байховый, сахар песок	200	0,1		4,7	19
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшенич.формовой мука 1 сорт	50	3,6	0,3	22,8	107
Итого		30,1	6,8	54,2	546
Цена					68-44
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ морковь красная, соль йодированная, капуста белокачанная, лимонная кислота, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый	100	1,7	2	5,6	48
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ соль йодированная, картофель, крупа рисовая, морковь красная, лук репчатый, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное	250	2	2,1	15,4	87
БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ В СОУСЕ томатная паста, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, вода питьевая, морковь красная, грудка куриная, хлеб пшенич.формовой мука 1 сорт, сухари панировочные	100	2,5	5,8	13,6	201
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое	180	6,7	9,8	40,7	271
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ аскорбиновая кислота, лимон, вода питьевая, сахар песок	200	0,1		9,5	40
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшенич.формовой мука 1 сорт	50	3,6	0,3	22,8	107
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	60	4	0,5	25,4	122
Итого		20,6	20,5	133	876
Всего		50,6	27,3	187,2	1422
Цена					84-90

Повар _____



МЕНЮ

26 января 2024 г.

7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ соль йодированная, сахар песок, вермишель, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое	200	4,1	4,7	7,1	298
БЛИНЧИКИ С ПОВИДЛОМ мука пшеничная, вода питьевая, молоко пастериз 2,5%, сахар-песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, яйцо куриное, повидло яблочное	140	4,7	3,7	39,8	207
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, сахар песок	200	0,2		4,9	21
Итого		9	8,4	51,8	526
Цена					67-00
Обед					
ЗАКУСКА ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ яблоки, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное. Морковь красная	80	0,7	5,8	4,6	71
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ соль йодированная, сметана 15% жирности, свекла, капуста белокачанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, лимонная кислота	200	1,9	3,4	9,4	89
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ соль йодированная, говядина б/к, грудка куриная, вода питьевая, мука пшеничная высш. сорт, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное	90	6,3	6	6,9	254
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль йодированная, картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	160	4,4	10,5	23,7	202
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ яблоки, вода питьевая, сахар песок, аскорбиновая кислота	200	0,1	0,1	6,3	26,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,2	0,2	13,7	64
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	30	2,7	0,4	17	81,6
Итого		18,3	26,4	81,6	788
Всего		27,3	34,8	133,4	1314
Цена					78-00

Повар _____



МЕНЮ

26 января 2024 г.

12-17 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ соль йодированная, вермишель, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое	210	5,2	5,9	9	320
БЛИНЧИКИ С ПОВИДЛОМ мука пшеничная, вода питьевая, молоко пастериз 2,5%, сахар-песок, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, яйцо куриное, повидло яблочное	140	4,7	3,7	39,8	207
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, сахар песок	200	0,1		4,7	19
Итого		10	9,6	53,5	546
Цена					68-44
Обед					
ЗАКУСКА ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ яблоки, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное. Морковь красная	100	0,8	7,2	5,8	89
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ сметана 15% жирности, соль йодированная, свекла, капуста белокачанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, лимонная кислота	250	2,4	4,2	11,7	99
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ соль йодированная, говядина б/к, грудка куриная, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное	100	6,3	6	6,9	254
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль йодированная, картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	180	5	11,8	26,7	227
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ яблоки, вода питьевая, сахар песок, аскорбиновая кислота	200	0,1	0,1	6,3	26
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	50	3,6	0,3	22,8	107
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	40	4	0,5	25,4	122
Итого		22,2	30,1	105,6	924
Всего		32,2	39,7	159,1	1470
Цена					84-90

Повар _____

