



МЕНЮ

12 февраля 2024 г.

7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ соль йодированная, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое	245	10	16,5	45,4	361
БУТЕРБРОД С СЫРОМ сыр российский, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	55	6,4	4,7	18,3	140
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности	200	3,9	3,1	11,9	89
Итого		20,3	24,3	75,6	590
Цена					67-00
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ соль йодированная, морковь красная, капуста белокочанная, лимонная кислота, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый	80	1,3	3,1	4,5	51
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ соль йодированная, вермишель, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая	200	1,3	1,7	9,6	271
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ грудка куриная, крупа рисовая длинный, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь красная, томатная паста	250	0,5	3,8	2,4	203
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		8	9,2	56,3	706
Всего		28,3	33,5	131,9	1296
Цена					78-00

Повар _____

Темников



МЕНЮ

12 февраля 2024 г.

12-17 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ соль йодированная, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое	295	12,1	19,9	54,7	435
БУТЕРБРОД С СЫРОМ сыр российский, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	55	6,4	4,7	18,3	140
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности	200	3,9	3,1	11,9	89
Итого		22,4	27,7	84,9	664
Цена					68-44
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ соль йодированная, морковь красная, капуста белокачанная, лимонная кислота, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый	100	1,7	3,9	5,6	65
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ соль йодированная, вермишель, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая	250	1,6	2,1	12,1	285
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ грудка куриная, крупа рисовая длинный, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое, 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 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		11,5	11,1	77,7	890
Всего		33,9	38,8	162,6	1554
Цена					84-90

Повар _____



МЕНЮ

13 февраля 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 высшего сорта, сыр российский, масло сладко-сливочное несоленое	250	10	11,8	45	318
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	50	2,8	12,6	17,7	195
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, сахар песок, лимон	200	0,2		4,9	21
Итого		13	24,4	67,6	534
Цена					67-00
Обед					
САЛАТ-БАР масло подсолнечное рафинированное, кукуруза консервированная, огурцы грунтовые, горошек зеленый консервированный, 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	3,3	6,7	67
БИТОЧЕК РЫБНЫЙ соль йодированная, филе минтая, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, яйца куриные (шт.)	90	24,2	8,1	5,5	182
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль йодированная, картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	160	4,6	10,5	25,1	275
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	40	2,2	0,2	13,7	64
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	30	2,7	0,4	17	82
Итого		36,6	25,5	79,3	745
Всего		49,6	49,9	146,9	1279
Цена					78-00

Повар _____



МЕНЮ

13 февраля 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 высш.сорт, сыр российский, масло сладко-сливочное несоленое	300	12	14	54	382
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ масло сладко-сливочное несоленое, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	50	2,8	12,6	17,7	195
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ чай черный байховый, сахар песок, лимон	200	0,2		4,9	21
Итого		15	26,8	76,6	598
Цена					68-44
Обед					
САЛАТ-БАР масло подсолнечное рафинированное, кукуруза консервированная, огурцы грунтовые, горошек зеленый консервированный, соль йодированная	100	1,4	3,6	6,3	61
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	250	2,1	4,2	8,4	85
БИТОЧЕК РЫБНЫЙ соль йодированная, филе минтая, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, яйца куриные (шт.)	100	24,2	8,1	5,5	218
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль йодированная, картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	180	5,5	12,5	29,9	247
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		40,9	29,3	104,6	866
Всего		55,9	56,1	181,2	1464
Цена					84-90

Повар _____



МЕНЮ

14 февраля 2024 г.

7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ яйца куриные (шт.), соль йодированная, творог 9%, крупа манная, сахар песок, сухари панировочные, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное	250	58,9	35,8	49,2	735
БУТЕРБРОД С СЫРОМ сыр российский, хлеб пшенич.формовой мука 1 сорт	65	7,1	4,7	22,8	161
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	200	4	3,3	10,4	86
Итого		70	43,8	82,4	983
Цена					67-00
Обед					
САЛАТ ОВОЩНОЙ кукуруза консервированная, соль йодированная, морковь красная, капуста белокочанная, 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	76
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ соль йодированная, говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, картофель, морковь красная, томатная паста, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт	250	16,6	35,6	22	457
КИСЕЛЬ ФЛОВОДОВОГДНЫЙ кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, аскорбиновая кислота	200			21,9	87
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		26,1	41,1	89,8	811
Всего		96,1	84,9	172,2	1794
Цена					78-00

Повар _____



МЕНЮ

14 февраля 2024 г.

12-17 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ яйца куриные (шт.), соль йодированная, творог 9%, крупа манная, сахар песок, сухари панировочные, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, масло подсолнечное рафинированное	300	67,2	40,8	56,1	838
БУТЕРБРОД С СЫРОМ сыр российский, хлеб пшенич.формовой мука 1 сорт	65	7,1	4,7	22,8	161
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	200	4	3,3	10,4	86
Итого		78,3	48,8	89,3	1086
Цена					68-44
Обед					
САЛАТ ОВОЩНОЙ кукуруза консервированная, соль йодированная, морковь красная, капуста белокочанная, 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	96
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ соль йодированная, говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, картофель, морковь красная, томатная паста, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт	280	18,6	39,9	24,6	512
КИСЕЛЬ ФЛОВОЯГОДНЫЙ кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, аскорбиновая кислота	200			21,9	87
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		32	46,8	113,7	980
Всего		110,3	95,6	203	2066
Цена					84-90

Повар _____



МЕНЮ

15 февраля 2024 г.

7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ соль йодированная, крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое	160	5,4	9,1	23,2	191
ГРУДКА КУРИНАЯ В СОУСЕ грудка куриная, соль йодированная, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное	50	19,1	2,6	4,4	112
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ яйца куриные (шт.)	40	4,8	4,3	0,3	57
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности	200	3,9	3,1	11,9	89
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшенич.формовой мука 1 сорт	50	3,6	0,3	22,8	107
Итого		36,8	19,4	62,6	555
Цена					67-00
Обед					
САЛАТ " ВИТАМИННЫЙ" соль йодированная, яблоки, морковь красная, капуста белокачанная, лимонная кислота, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное	80	1,3	1,6	4,9	40
СУП РЫБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ филе минтая, соль йодированная, картофель, пшено, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное	200	9,4	2,3	12,3	104
КОТЛЕТА МЯСНАЯ соль йодированная, хлеб пшенич.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, говядина б/к	90	10,8	24,9	5	275
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
СЕЗОННЫЙ ФРУКТ яблоки	200	0,8	0,8	17,8	85
Итого		32,9	38,5	114,5	918
Всего		69,7	57,9	177,1	1472
Цена					78-00

Повар _____



МЕНЮ

15 февраля 2024 г.

12-17 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ соль йодированная, крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое	210	7,1	12	30,5	250
ГРУДКА КУРИНАЯ В СОУСЕ грудка куриная, соль йодированная, вода питьевая, мука пшеничная высш. сорт, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное	50	19,1	2,6	4,4	112
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ яйца куриные (шт.)	40	4,8	4,3	0,3	57
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности	200	3,9	3,1	11,9	89
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	50	3,6	0,3	22,8	107
Итого		38,5	22,3	69,9	614
Цена					68-44
Обед					
САЛАТ " ВИТАМИННЫЙ" соль йодированная, яблоки, морковь красная, капуста белокачанная, лимонная кислота, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное	100	1,6	2,1	6,1	50
СУП РЫБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ филе минтая, соль йодированная, картофель, пшено, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное	250	11,7	2,9	15,4	130
КОТЛЕТА МЯСНАЯ соль йодированная, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, говядина б/к	100	10,8	24,9	5	275
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 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
СЕЗОННЫЙ ФРУКТ яблоки	200	0,8	0,8	17,8	85
Итого		39,3	41,3	142,7	1080
Всего		77,8	63,6	212,6	1694
Цена					84-90

Повар _____



МЕНЮ

16 февраля 2024 г.

7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок	160	4,8	10,2	28,6	220
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
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	200	4	3,3	10,4	86
Итого		13,5	17,2	78,8	513
Цена					67-00
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ масло подсолнечное рафинированное, горошек зеленый консервированный, свекла отварная, соль йодированная	80	1,1	2,9	5	49
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ масло подсолнечное рафинированное, картофель, крупа перловая, морковь красная, лук репчатый, огурцы соленые, вода питьевая	200	1,8	3,7	11,6	94
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
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ соль йодированная, крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое	160	4,8	5,1	20,6	144
ЧАЙ С САХАРОМ аскорбиновая кислота, чай черный байховый, сахар песок	200	0,1		4,7	19
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		19	18,3	79,5	706
Всего		32,5	35,5	158,3	1219
Цена					78-00

Повар _____



МЕНЮ

16 февраля 2024 г.

12-17 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок	210	6,4	13,4	37,5	289
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
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	200	4	3,3	10,4	86
Итого		15,1	20,4	87,7	582
Цена					68-44
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100	1,4	3,6	6,3	61
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ масло подсолнечное рафинированное, картофель, крупа перловая, морковь красная, лук репчатый, огурцы соленые, вода питьевая	250	2,3	4,6	14,5	118
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	7	6,7	7,7	282
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ соль йодированная, крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое	180	5,4	5,7	23,2	162
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
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	40	4	0,5	25,4	122
Итого		23,8	21,4	104,6	871
Всего		38,9	41,8	192,3	1453
Цена					84-90

Повар _____