



МЕНЮ

30 сентября 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 <small>соль йодированная, пшено, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое</small>	205	7,1	9,7	34,7	247
БУТЕРБРОД С СЫРОМ <small>батон нарезной пшен.мука высш.сорт, сыр российский</small>	55	6,3	5,4	18,7	147
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ <small>яйца куриные (шт.)</small>	40	4,2	3,8	0,2	49
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК <small>кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности</small>	200	1,8	1,4	21,8	106
Итого		19,4	20,3	75,4	549
Цена					70-18
Обед					
САЛАТ -БАР (кукуруза,капуста свежая) <small>капуста белокачанная, лук репчатый, кукуруза консервированная, морковь красная, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная</small>	80	1,1	2,9	2,8	40
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ <small>вермишель, соль йодированная, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая</small>	200	1,3	2,1	10,2	94
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ <small>грудка куриная, крупа рисовая длинный, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, морковь красная, томатная паста</small>	250	0,5	9,4	2,3	293
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ <small>сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, аскорбиновая кислота</small>	200			18,2	132
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ <small>хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт</small>	40	2,9	0,2	18,3	85
ХЛЕБ РЖАНОЙ <small>хлеб ржаной формовой</small>	30	2	0,3	12,7	61
Итого		7,8	14,9	64,5	705
Всего		27,2	35,2	139,9	1254
Цена					86-74

Повар _____



МЕНЮ

1 октября 2024 г.

7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
МАКАРОНЫ С СЫРОМ соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, макаронные изделия высш.сорт, сыр российский, масло сладко-сливочное несоленое	250	10,5	10,9	45	313
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ батон нарезной пшен.мука высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое	50	3	9,4	18,8	169
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	200	2,6	2	21,2	111
Итого		16,1	22,3	85	593
Цена					70-18
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ горошек зеленый консервы, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, свекла	80	1,3	2,9	5,5	52
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ томатная паста, соль йодированная, картофель, крупа рисовая, морковь красная, лук репчатый, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное	200	1,7	2,1	12,8	76
КОТЛЕТА РЫБНАЯ филе минтая, соль йодированная, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, яйца куриные (шт)	90	17,1	8,9	10,8	184
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль йодированная, картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	160	2,9	5,2	17,2	166
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ яблоки, вода питьевая, сахар песок, аскорбиновая кислота	200	0,1	0,1	20,4	82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	30	2	0,3	12,7	61
Итого		28	19,7	97,7	706
Всего		44,1	42	182,7	1299
Цена					86-74

Повар _____



МЕНЮ

2 октября 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	235	33,9	22,1	34,6	459
БУТЕРБРОД С СЫРОМ батон нарезной пшен.мука высш.сорт, сыр российский	65	7	5,7	23,4	171
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности	200	1,8	1,4	21,8	106
Итого		42,7	29,2	79,8	736
Цена					70-18
Обед					
ОГУРЦЫ ПОРЦИОННЫЕ огурцы грунтовые	80	0,6	0,1	1,7	9
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ картофель, соль йодированная, горох лущеный, лук репчатый, морковь красная, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая	200	3,7	2,3	12,6	83
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ соль йодированная, говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, картофель, морковь красная, томатная паста, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт	250	7,6	9,1	21,9	294
КИСЕЛЬ ПЛОДОВОЯГОДНЫЙ кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, аскорбиновая кислота	200			26,5	173
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	30	2	0,3	12,7	61
Итого		16,8	12	93,7	705
Всего		59,5	41,2	173,5	1441
Цена					86-74

Повар _____



МЕНЮ

3 октября 2024 г.

7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БИТОЧЕК МЯСНОЙ В СОУСЕ соль йодированная, грудка куриная, говядина б/к, хлеб пшенич.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый	90	4,2	6,2	10,5	171
СОУС ТОМАТНЫЙ соль йодированная, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое	50	0,5	1,4	3,2	28
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ соль йодированная, крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое	110	3,7	3,5	15,9	108
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, сахар песок	200	0,2		14,1	56
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшенич.формовой мука 1 сорт	50	3,6	0,3	22,8	107
Итого		12,2	11,4	66,5	470
Цена					70-18
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ морковь красная, соль йодированная, капуста белокочанная, лимонная кислота, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый	80	1,4	3,1	4,4	51
СУП РЫБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ соль йодированная, рыбн.консервы в масле. сардины атлантич., картофель, пшено, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое	200	4,6	2,2	12,7	88
ГРУДКА КУРИНАЯ ЗАПЕЧЕНАЯ С ОВОЩАМИ грудка куриная, лук репчатый, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое, морковь красная, томатная паста	100	0,3	4,7	1,8	66
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое, макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое	150	5,2	5	31,9	189
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ аскорбиновая кислота, лимон, вода питьевая, сахар песок	200	0,1		22,3	91
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшенич.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	30	2	0,3	12,7	61
СЕЗОННЫЙ ФРУКТ яблоки	200	0,7	0,7	15,7	74
Итого		17,2	16,2	119,8	705
Всего		29,4	27,6	186,3	1175
Цена					86-74

Повар _____

МЕНЮ

4 октября 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	200	5,6	10,4	37,7	260
БУТЕРБРОД С СЫРОМ батон нарезной пшен.мука высш.сорт, сыр российский	55	6,3	5,4	18,7	147
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ печенье сахарное мука высш.сорт	45	3,2	4,1	30,5	169
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	200	2,6	2	21,2	111
Итого		17,7	21,9	108,1	687
Цена					70-18
Обед					
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ ПОРЦИОННО свекла	80	1,1	0,1	6,4	30
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	200	1,7	3,1	7,1	66
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ говядина б/к, грудка куриная, соль йодированная, мука пшеничная высш.сорт, морковь красная, томатная паста, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, крупа рисовая	90	3,6	5,9	8,9	219
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль йодированная, картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	160	2,9	5,2	17,2	166
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД аскорбиновая кислота, вишня, сахар песок	200	0,1		19,5	78
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	30	2	0,3	12,7	61
Итого		14,3	14,8	90,1	705
Всего		32	36,7	198,2	1392
Цена					86-74

Повар _____



МЕНЮ

7 октября 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	205	7,1	9,7	34,7	247
БУТЕРБРОД С СЫРОМ батон нарезной пшен.мука высш.сорт, сыр российский	55	6,3	5,4	18,7	147
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ яйца куриные (шт.)	40	4,2	3,8	0,2	49
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности	200	1,8	1,4	21,8	106
Итого		19,4	20,3	75,4	549
Цена					70-18
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ морковь красная, соль йодированная, капуста белокочанная, лимонная кислота, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый	80	1,4	3,1	4,4	51
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ соль йодированная, вермишель, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая	200	1,3	2,1	10,2	94
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ крупа рисовая длинный, грудка б/к, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, морковь красная, томатная паста	250	0,5	9,4	2,3	293
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, аскорбиновая кислота	200			18,2	132
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	30	2	0,3	12,7	61
Итого		8,1	15,1	66,1	716
Всего		27,5	35,4	141,5	1265
Цена					86-74

Повар _____



МЕНЮ

8 октября 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	10,5	10,9	45	313
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ батон нарезной пшен.мука высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое	50	3	9,4	18,8	169
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	200	2,6	2	21,2	111
Итого		16,1	22,3	85	593
Цена					70-18
Обед					
ОГУРЦЫ ПОРЦИОННЫЕ огурцы грунтовые	80	0,6	0,1	1,7	9
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	200	1,6	5	7,7	103
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ соль йодированная, филе минтая, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное	100	13,1	6,5	3,7	201
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль йодированная, картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	150	2,6	4,9	16,1	166
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ апельсин, вода питьевая, сахар песок	200	0,2		19,8	80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	30	2	0,3	12,7	61
Итого		23	17	80	705
Всего		39,1	39,3	165	1298
Цена					86-74

Повар _____



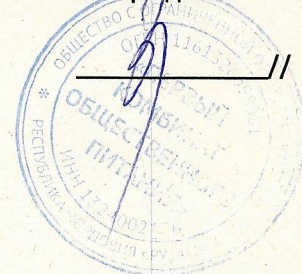
МЕНЮ

9 октября 2024 г.

7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ говядина б/к, грудка куриная, соль йодированная, мука пшеничная высш.сорт, морковь красная, томатная паста, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, крупа рисовая	90	3,7	5,9	9,1	183
СОУС ТОМАТНЫЙ соль йодированная, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое	50	0,5	1,4	3,2	28
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ соль йодированная, крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое	120	4	3,9	17,4	118
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, сахар песок	200	0,2		14,1	56
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
Итого		11,3	11,4	62,1	470
Цена	70-18				
Обед					
САЛАТ "ЗИМНИЙ" горошек зеленый консервы, картофель, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый	80	1,1	4,8	6,9	74
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ картофель, соль йодированная, горох лущеный, лук репчатый, морковь красная, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая	200	3,7	2,3	12,6	83
РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ ПТИЦЫ грудка куриная, соль йодированная, картофель, морковь красная, лук репчатый, капуста белокачанная, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная высш.сорт, томатная паста	250	3,6	6	21,6	251
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД аскорбиновая кислота, вишня, сахар песок	200	0,1		19,5	78
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	30	2	0,3	12,7	61
СЕЗОННЫЙ ФРУКТ яблоки	200	0,7	0,7	15,7	74
Итого		14,1	14,3	107,3	706
Всего		25,4	25,7	169,4	1176
Цена	86-74				

Повар _____



МЕНЮ

10 октября 2024 г.

7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ соль йодированная, пшено, крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое	190	6,1	12,1	35,5	268
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ батон нарезной пшен.мука высш.сорт, джем из черной смородины	70	3,7	1,4	38	175
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ печенье сахарное мука высш.сорт	40	2,9	3,7	27,1	150
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности	200	1,8	1,4	21,8	106
Итого		14,5	18,6	122,4	699
Цена					70-18
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ яблоки, масло подсолнечное рафинированное, морковь красная, сахар песок	80	0,9	4	6,4	64
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ соль йодированная, сметана 20% жирности, капуста белокачанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, вода питьевая	200	1,7	3,5	7,1	66
КОТЛЕТА МЯСНАЯ С МАСЛОМ говядина б/к, грудка куриная, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное лук репчатый	90	4,2	10,1	10,5	145
ГОРОШНИЦА соль йодированная, горох лущеный, масло подсолнечное рафинированное	160	17,4	4,2	34,9	240
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ аскорбиновая кислота, лимон, вода питьевая, сахар песок	200	0,1		22,3	91
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	30	2	0,3	12,7	61
Итого		29,2	22,3	112,2	752
Всего		43,7	40,9	234,6	1451
Цена					86-74

Повар _____



МЕНЮ

11 октября 2024 г.

7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ соль йодированная , крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое	195	6,8	10,2	36,2	256
БУТЕРБРОД С СЫРОМ батон нарезной пшен.мука высш.сорт, сыр российский	65	7	5,7	23,4	171
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ яйца куриные (шт.)	40	4,2	3,8	0,2	49
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	200	2,6	2	21,2	111
Итого		20,6	21,7	81	587
Цена					70-18
Обед					
САЛАТ " РУБИН" свекла, морковь красная, соль йодированная , капуста белокачанная, лимонная кислота, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый	80	1,6	3,1	5,9	57
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ томатная паста, соль йодированная , картофель, крупа рисовая, морковь красная, лук репчатый, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое	200	1,7	2,1	12,8	86
ГРУДКА КУРИНАЯ ЗАПЕЧЕНАЯ С ОВОЩАМИ грудка куриная, лук репчатый, соль йодированная , масло подсолнечное рафинированое, морковь красная, томатная паста	100	0,3	4,7	1,8	66
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная , макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое	150	5,5	5,4	34	268
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ яблоки, вода питьевая, сахар песок, аскорбиновая кислота	200	0,1	0,1	20,4	82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	30	2	0,3	12,7	61
Итого		14,1	15,9	105,9	705
Всего		34,7	37,6	186,9	1292
Цена					86-74

Повар _____



МЕНЮ

30 сентября 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	255	8,8	11,9	43,2	308
БУТЕРБРОД С СЫРОМ батон нарезной пшен.мука высш.сорт, сыр российский	55	6,3	5,4	18,7	147
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ яйца куриные (шт.)	40	4,2	3,8	0,2	49
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности	200	1,8	1,4	21,8	106
Итого		21,1	22,5	83,9	610
Цена					71-27
Обед					
САЛАТ -БАР (кукуруза,капуста свежая) капуста белокочанная, лук репчатый, кукуруза консервированная, морковь красная, масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная	100	1,3	3,7	3,5	51
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ вермишель, соль йодированная, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая	250	1,6	2,7	12,8	118
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ грудка куриная, крупа рисовая длинный, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, морковь красная, томатная паста	280	0,6	10,5	2,7	326
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, аскорбиновая кислота	200			18,2	132
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	50	3,6	0,3	22,8	107
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	40	2,6	0,4	17	82
Итого		9,7	17,6	77	816
Всего		30,8	40,1	160,9	1426
Цена					93-72

Повар _____



МЕНЮ

1 октября 2024 г.

12-17 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
МАКАРОНЫ С СЫРОМ соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое, макаронные изделия высш.сорт, сыр российский, масло сладко-сливочное несоленое	300	12,6	13,1	54	376
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ батон нарезной пшен.мука высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое	50	3	9,4	18,8	169
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	200	2,6	2	21,2	111
Итого		18,2	24,5	94	656
Цена					71-27
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ горошек зеленый консервы, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированое, свекла	100	1,5	3,7	6,9	65
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ томатная паста, соль йодированная, картофель, крупа рисовая, морковь красная, лук репчатый, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое	250	2	2,8	15,8	94
КОТЛЕТА РЫБНАЯ филе минтая, соль йодированная, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, яйца куриные (шт)	100	18,6	9,5	12,1	198
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль йодированная, картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	180	3,2	6	19,3	188
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ яблоки, вода питьевая, сахар песок, аскорбиновая кислота	200	0,1	0,1	20,4	82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	50	3,6	0,3	22,8	107
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	40	2,6	0,4	17	82
Итого		31,6	22,8	114,3	816
Всего		49,8	47,3	208,3	1472
Цена					93-72

Повар _____



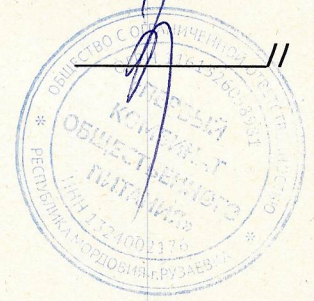
МЕНЮ

2 октября 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	285	38,2	24,3	42,2	525
БУТЕРБРОД С СЫРОМ батон нарезной пшен.мука высш.сорт, сыр российский	65	7	5,7	23,4	171
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности	200	1,8	1,4	21,8	106
Итого		47	31,4	87,4	802
Цена					71-27
Обед					
ОГУРЦЫ ПОРЦИОННЫЕ огурцы грунтовые	100	0,7	0,1	2,1	12
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ картофель, соль йодированная, горох лущеный, лук репчатый, морковь красная, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая	250	4,4	2,8	15,8	104
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ соль йодированная, говядина б/к, масло подсолнечное рафинированное, картофель, морковь красная, томатная паста, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт	280	8,4	10,2	24,5	338
КИСЕЛЬ ПЛОДОВОЯГОДНЫЙ кисель (концентрат) на плодовых экстр., сахар песок, аскорбиновая кислота	200			26,5	173
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	50	3,6	0,3	22,8	107
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	40	2,6	0,4	17	82
Итого		19,7	13,8	108,7	816
Всего		66,7	45,2	196,1	1618
Цена					93-72

Повар _____



МЕНЮ

3 октября 2024 г.

12-17 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БИТОЧЕК МЯСНОЙ В СОУСЕ соль йодированная, грудка куриная, говядина б/к, хлеб пшенич.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый	90	4,2	6,2	10,5	197
СОУС ТОМАТНЫЙ соль йодированная, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое	50	0,5	1,4	3,2	28
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ соль йодированная, крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое	160	5,3	5,2	23,1	156
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, сахар песок	200	0,2		14,1	56
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшенич.формовой мука 1 сорт	50	3,6	0,3	22,8	107
Итого		13,8	13,1	73,7	544
Цена					71-27
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ морковь красная, соль йодированная, капуста белокочанная, лимонная кислота, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый	100	1,7	3,9	5,5	65
СУП РЫБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ соль йодированная, рыбн.консервы в масле. сардины атлантич., картофель, пшено, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое	250	5,6	2,8	16	109
ГРУДКА КУРИНАЯ ЗАПЕЧЕНАЯ С ОВОЩАМИ грудка куриная, лук репчатый, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое, морковь красная, томатная паста	100	0,3	4,7	1,8	61
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое, макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое	180	6,3	6,2	38,2	227
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ аскорбиновая кислота, лимон, вода питьевая, сахар песок	200	0,1		22,3	91
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшенич.формовой мука 1 сорт	50	3,6	0,3	22,8	107
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	40	2,6	0,4	17	82
СЕЗОННЫЙ ФРУКТ яблоки	200	0,7	0,7	15,7	74
Итого		20,9	19	139,3	816
Всего		34,7	32,1	213	1360
Цена					93-72

Повар _____



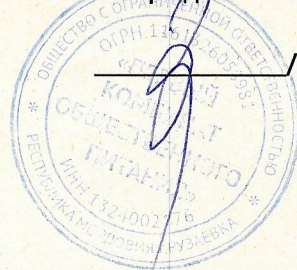
МЕНЮ

4 октября 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	250	6,9	13	47,2	325
БУТЕРБРОД С СЫРОМ батон нарезной пшен.мука высш.сорт, сыр российский	55	6,3	5,4	18,7	147
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ печенье сахарное мука высш.сорт	45	3,2	4,1	30,5	169
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	200	2,6	2	21,2	111
Итого		19	24,5	117,6	752
Цена					71-27
Обед					
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ ПОРЦИОННО свекла	100	1,4	0,1	8	38
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ сметана 15% жирности, соль йодированная, капуста белокачанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, томатная паста, вода питьевая	250	2,1	3,9	8,8	82
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ говядина б/к, грудка куриная, соль йодированная, мука пшеничная высш.сорт, морковь красная, томатная паста, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, крупа рисовая	100	4	6,5	10	243
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль йодированная, картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	180	3,2	6	19,3	186
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД аскорбиновая кислота, вишня, сахар песок	200	0,1		19,5	78
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	50	3,6	0,3	22,8	107
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	40	2,6	0,4	17	82
Итого		17	17,2	105,4	816
Всего		36	41,7	223	1568
Цена					93-72

Повар _____



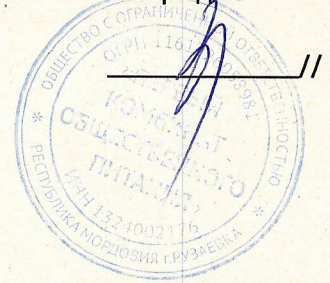
МЕНЮ

7 октября 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	255	8,8	11,9	43,2	308
БУТЕРБРОД С СЫРОМ батон нарезной пшен.мука высш.сорт, сыр российский	55	6,3	5,4	18,7	147
ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ яйца куриные (шт.)	40	4,2	3,8	0,2	49
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности	200	1,8	1,4	21,8	106
Итого		21,1	22,5	83,9	610
Цена					71-27
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ морковь красная, соль йодированная, капуста белокочанная, лимонная кислота, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый	100	1,7	3,9	5,5	65
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ соль йодированная, вермишель, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая	250	1,6	2,7	12,8	118
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ крупа рисовая длинный, грудка куриная, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый, морковь красная, томатная паста	280	0,6	10,5	2,7	328
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая, аскорбиновая кислота	200			18,2	132
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	50	3,6	0,3	22,8	107
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	40	2,6	0,4	17	82
Итого		10,1	17,8	79	832
Всего		31,2	40,3	162,9	1442
Цена					93-72

Повар _____



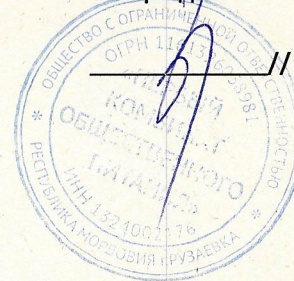
МЕНЮ

8 октября 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	12,6	13,1	54	376
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ батон нарезной пшен.мука высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое	50	3	9,4	18,8	169
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	200	2,6	2	21,2	111
Итого		18,2	24,5	94	656
Цена					71-27
Обед					
ОГУРЦЫ ПОРЦИОННЫЕ огурцы грунтовые	100	0,7	0,1	2,1	12
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	6,2	9,4	129
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ соль йодированная, филе минтая, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное	100	13,1	6,5	3,7	206
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ соль йодированная, картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое	180	3,2	6	19,3	200
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ апельсин, вода питьевая, сахар песок	200	0,2		19,8	80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	50	3,6	0,3	22,8	107
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	40	2,6	0,4	17	82
Итого		25,4	19,5	94,1	816
Всего		43,6	44	188,1	1472
Цена					93-72

Повар _____



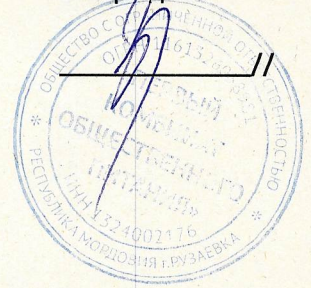
МЕНЮ

9 октября 2024 г.

12-17 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ говядина б/к, грудка куриная, соль йодированная, мука пшеничная высш.сорт, морковь красная, томатная паста, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, крупа рисовая	90	3,7	5,9	9,1	183
СОУС ТОМАТНЫЙ соль йодированная, вода питьевая, мука пшеничная высш.сорт, морковь красная, лук репчатый, томатная паста, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное	50	0,5	1,4	3,2	28
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ соль йодированная, крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое	170	5,7	5,7	24,6	192
ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, сахар песок	200	0,2		14,1	56
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшенич.формовой мука 1 сорт	40	2,9	0,2	18,3	85
Итого		13	13,2	69,3	544
Цена					71-27
Обед					
САЛАТ "ЗИМНИЙ" горошек зеленый консервы, картофель, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый	100	1,5	6,1	8,5	92
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ картофель, соль йодированная, горох лущеный, лук репчатый, морковь красная, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая	250	4,4	2,8	15,8	104
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	280	3,9	6,8	24,4	281
НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД аскорбиновая кислота, вишня, сахар песок	200	0,1		19,5	78
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшенич.формовой мука 1 сорт	50	3,6	0,3	22,8	107
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	40	2,6	0,4	17	82
СЕЗОННЫЙ ФРУКТ яблоки	200	0,7	0,7	15,7	74
Итого		16,8	17,1	123,7	818
Всего		29,8	30,3	193	1362
Цена					93-72

Повар _____



МЕНЮ

10 октября 2024 г.

12-17 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ соль йодированная, пшено, крупа рисовая, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое	240	7,7	15,3	44,8	337
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ батон нарезной пшен.мука высш.сорт, джем из черной смородины	70	3,7	1,4	38	175
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ печенье сахарное мука высш.сорт	40	2,9	3,7	27,1	150
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности	200	1,8	1,4	21,8	106
Итого		16,1	21,8	131,7	768
Цена					71-27
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ яблоки, масло подсолнечное рафинированое, морковь красная, сахар песок	100	1,1	4,9	8,2	80
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ соль йодированная, сметана 20% жирности, капуста белокачанная, картофель, морковь красная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, томатная паста, вода питьевая	250	2,1	4,4	8,8	82
КОТЛЕТА МЯСНАЯ С МАСЛОМ говядина б/к, грудка куриная, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт, вода питьевая, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый	100	4,6	11,3	11,7	161
ГОРОШНИЦА соль йодированная, горох лущеный, масло подсолнечное рафинированое	180	19,6	4,7	39,2	270
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ аскорбиновая кислота, лимон, вода питьевая, сахар песок	200	0,1		22,3	91
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшеничн.формовой мука 1 сорт	50	3,6	0,3	22,8	107
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	40	2,6	0,4	17	82
Итого		33,7	26	130	873
Всего		49,8	47,8	261,7	1641
Цена					93-72

Повар _____



МЕНЮ

11 октября 2024 г.

12-17 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ соль йодированная, крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое	245	8,6	12,7	45,5	321
БУТЕРБРОД С СЫРОМ батон нарезной пшен.мука высш.сорт, сыр российский	65	7	5,7	23,4	171
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ яйца куриные (шт.)	40	4,2	3,8	0,2	49
КАКАО С МОЛОКОМ какао-порошок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок	200	2,6	2	21,2	111
Итого		22,4	24,2	90,3	652
Цена					71-27
Обед					
САЛАТ "РУБИН" свекла, морковь красная, соль йодированная, капуста белокачанная, лимонная кислота, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое, лук репчатый	100	1,8	3,9	7,2	72
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ томатная паста, соль йодированная, картофель, крупа рисовая, морковь красная, лук репчатый, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое	250	2	2,8	15,8	108
ГРУДКА КУРИНАЯ ЗАПЕЧЕНАЯ С ОВОЩАМИ грудка куриная, лук репчатый, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое, морковь красная, томатная паста	100	0,3	4,7	1,8	66
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ масло подсолнечное рафинированое, соль йодированная, макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое	180	6,3	6,2	38,2	322
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ яблоки, вода питьевая, сахар песок, аскорбиновая кислота	200	0,1	0,1	20,4	82
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ хлеб пшенич.формовой мука 1 сорт	50	3,6	0,3	22,8	107
ХЛЕБ РЖАНОЙ хлеб ржаной формовой	40	2,6	0,4	17	82
Итого		16,7	18,4	123,2	839
Всего		39,1	42,6	213,5	1491
Цена					93-72

Повар _____