



Ляско М.З.

Директор



МЕНЮ

ДАТА: 20.10.25

Дата: 05.07.2025

1 день 2 неделя					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак (12-18 лет)					
Бутерброд с ветчиной	40	5,30	5,90	10,30	117,40
Каша пшенная молочная с маслом сливочным	200	7,60	8,50	37,10	261,30
Чай с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	12,60	52,10
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	30	2,40	1,05	15,90	84,00
Йогурт в индивидуальной упаковке	125	4,00	3,10	13,80	97,50
Итого за прием пищи:	595	19,60	18,55	89,70	612,30
Обед (12-18 лет)					
Огурец соленый кусочком	100	0,80	0,10	1,70	13,00
Суп из овощей с птицей и сметаной	265	5,40	3,90	10,70	102,90
Котлеты, биточки, шницели (особые)	100	14,10	18,70	11,80	286,00
Рис отварной	180	4,40	7,60	39,40	243,60
Сок фруктовый	200	1,40	0,20	26,40	113,00
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	20	1,60	0,70	10,60	56,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,60	0,30	17,00	81,60
Итого за прием пищи:	905	30,30	31,50	117,60	896,10

Заведующий производством (Буфетчик)

И.И. Плеханова



МЕНЮ
ДАТА: 21.10.25

2 день 2 недели					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак (12-18 лет)					
Бутерброд с сыром	40	6,10	6,50	10,30	125,20
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	200	7,60	8,50	39,60	262,40
Кофейный напиток	200	3,70	2,50	21,10	122,40
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	20	1,60	0,70	10,60	56,00
Фрукты свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00
Итого за прием пищи:	560	19,90	18,40	89,70	609,00
Обед (12-18 лет)					
Салат из моркови с огурцом свежим и маслом растительным (1 вар.)	100	1,00	6,80	5,00	85,70
или Салат из моркови с яблоком и маслом растительным (2 вар.)	100	0,80	5,20	8,00	84,00
Бульон куриный с вермишелью и курицей	260	3,90	3,00	16,80	131,10
Жаркое по-домашнему птицей и морковью	280	20,80	20,00	37,50	412,30
Напиток из клюквы, протертой с сахаром	200	0,10	0,10	26,80	105,00
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	30	2,40	1,05	15,90	84,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,60	0,30	17,00	81,60
Итого за прием пищи (1 вар.):	910	30,80	31,25	119,00	899,70
Итого за прием пищи (2 вар.):	910	30,60	29,65	122,00	898,00

Заведующий производством (Буфетчик)

Л.С. (Блеханова)



Директор



МЕНЮ

ДАТА:

22.10.25

3 день 2 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак (12-18 лет)					
Запеканка из творога	50	9,60	8,60	10,00	158,70
Каша "Дружба" с пшеном и рисом молочная с маслом сливочным	200	6,10	10,00	26,80	224,00
Чай с вареньем	200	0,30	0,10	15,30	60,10
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	30	2,40	1,05	15,90	84,00
Фрукты свежие	100	0,40	0,30	10,30	47,00
Итого за прием пищи:	580	18,80	20,05	78,30	573,80
Обед (12-18 лет)					
Салат из свежих помидоров с маслом растительным (1 вар.)	100	1,00	10,20	4,30	115,30
или Салат из соленых огурцов с луком и маслом растительным (2 вар.)	100	0,80	10,20	2,70	106,70
Борщ сибирский вегетарианский со сметаной	255	3,90	4,60	16,20	125,60
Сердце в соусе	100	13,08	9,18	2,85	152,00
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	180	4,30	5,50	45,20	247,20
Сок фруктовый	200	0,80	0,00	20,60	84,00
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	20	1,60	0,70	10,60	56,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,60	0,30	17,00	81,60
Итого за прием пищи (1 вар.):	895	27,28	30,48	116,75	861,70
Итого за прием пищи (2 вар.):	895	27,08	30,48	115,15	853,10

Заведующий производством (Буфетчик)

/ Духанов



Ляско М.З.

Директор



МЕНЮ

ДАТА:

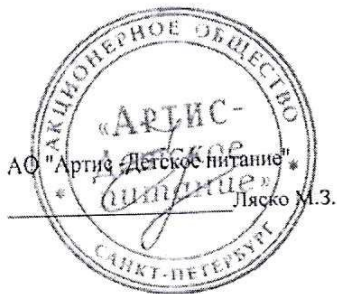
23.10.25

4 день 2 неделя

4 день 2 неделя					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак (12-18 лет)					
Бутерброд с ветчиной	40	5,30	5,90	10,30	117,40
Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным	200	6,10	8,40	30,50	221,50
Какао с молоком	200	3,90	3,10	17,20	113,44
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	30	2,40	1,05	15,90	84,00
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого за прием пищи:	570	18,10	18,85	83,70	583,34
Обед (12-18 лет)					
Салат витаминный (1-й вариант)	100	1,20	5,20	9,50	90,00
Суп картофельный с макаронными изделиями и говядиной	260	5,70	9,70	20,80	192,90
Фрикадельки рыбные отварные	100	14,60	7,10	7,80	149,90
Картофельное пюре	180	3,70	6,50	24,40	169,20
Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	31,70	131,00
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	20	1,60	0,70	10,60	56,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,60	0,30	17,00	81,60
Итого за прием пищи:	900	30,00	29,60	121,80	870,60

Заведующий производством (Буфетчик)

И. (Иванов)



Директор



МЕНЮ

ДАТА: 24.10.25

Дата: 29.10.25					
5 день 2 неделя					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак (12-18 лет)					
Бутерброд с сыром	40	6,10	6,50	10,30	125,20
Каша овсяная молочная жидкая с маслом сливочным	200	6,90	10,00	29,30	235,50
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	12,40	50,40
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	30	2,40	1,05	15,90	84,00
Йогурт в индивидуальной упаковке	125	4,00	3,10	13,80	97,50
Итого за прием пищи:	595	19,60	20,65	81,70	592,60
Обед (12-18 лет)					
Салат из свеклы отварной с маслом растительным	100	1,30	6,00	8,30	92,80
Рассольник ленинградский со сметаной	255	2,50	5,50	17,30	131,50
Птица, тушенная в сметанном соусе	100	12,80	13,20	3,50	168,80
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180	6,60	5,80	37,60	229,20
Сок фруктовый	200	1,40	0,20	26,40	113,00
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	20	1,60	0,70	10,60	56,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,60	0,30	17,00	81,60
Итого за прием пищи:	895	28,80	31,70	120,70	872,90
Заведующий производством (Буфетчик) <u>И.А. Делеханов</u>					