



## МЕНЮ дети от 12 до 18 лет

1 день, 1 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Оладьи	140	10,89	13	58,04	373,00
Соус фруктовый(повидло)	60	0,12	0	19,40	73,93
Фрукт	150	0,6	1	17,4	73,02
Чай с лимоном	200	0,02	0	9,82	37,51
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>550</b>	<b>11,63</b>	<b>14</b>	<b>104,66</b>	<b>557,46</b>
<b>Обед</b>					
Огурец соленый	30	0,24	0	0,74	4,20
Щи по-уральски с крупой	250	2,65	5	8,85	97,78
Котлета Рыжик с соусом	120	9,66	18	14,1	257,14
Рис отварной	180	4,51	6,39	47,27	265,30
Хлеб пшеничный	20	1,3	0	9,4	44,78
Хлеб ржаной	65	4,3	1	27,1	125,70
Чай с пониженным содержанием сахара	200	0,1	0	5,0	19,22
<b>Итого за Обед</b>	<b>865</b>	<b>22,75</b>	<b>31</b>	<b>112,37</b>	<b>814,12</b>
<b>Полдник</b>					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88,00
Яблоко 1 шт	130	0,52	1	12,74	61,00
Хачапури с сыром	100	14,49	14	37,52	339,00
<b>Итого за Полдник</b>	<b>430</b>	<b>15,01</b>	<b>15</b>	<b>70,46</b>	<b>488,00</b>
<b>Итого за день</b>		<b>49,39</b>	<b>60</b>	<b>287,49</b>	<b>1859,58</b>

Директор

Биленко В.

Зав. производством



## МЕНЮ дети от 12 до 18 лет

2 день, 1 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Печенье	20	1,50	2	15,3	84,45
Бутерброд с мясом копчено-запеченым	35	3,34	4	9,38	83,26
Каша жидкая молочная пшеничная	250	8,60	9,68	42,5	288,90
Чай с молоком сгущеным	200	1,6	1,92	12,52	71,71
Соус фруктовый ( из повидла)	30	0,1	0	9,70	36,96
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>535</b>	<b>15,1</b>	<b>17</b>	<b>89,40</b>	<b>565,28</b>
<b>Обед</b>					
Салат из квашеной капусты	30	0,5	1	2,8	24,33
Суп-лапша на курином бульоне с курицей	250	3,90	5	15,9	125,50
Зрза Любимая с соусом	120	10,30	21	14,23	283,74
Картофельное пюре	180	3,79	4,52	26,09	158,80
Хлеб ржаной	65	4,29	0,78	27,11	125,70
Хлеб пшеничный	40	2,64	0,26	18,76	89,56
Чай	200	0,02	0	9,79	37,32
<b>Итого за Обед</b>	<b>885</b>	<b>25,4</b>	<b>33</b>	<b>114,66</b>	<b>844,95</b>
<b>Полдник</b>					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88,00
Яблоко 1 шт	130	0,52	1	12,74	61,00
Слойка с конфитюром	60	3,61	12	23,62	215,00
<b>Итого за Полдник</b>	<b>390</b>	<b>4,13</b>	<b>13</b>	<b>56,56</b>	<b>364,00</b>
<b>Итого за день</b>		<b>44,60</b>	<b>63</b>	<b>260,62</b>	<b>1774,23</b>

Директор

Биленко В.

Зав. производством

Шумилова О.В.



## МЕНЮ дети от 12 до 18 лет

3 день, 1 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Котлета "Морячок" с соусом	100	11,45	2,21	12,4	72,55
Рис отварной	185	4,6	7	48,58	272,70
Хлеб пшеничный	20	1,3	0	9,38	44,78
Хлеб ржаной	65	4,29	1	27,11	125,70
Напиток из шиповника	200	0,26	0	21,44	81,75
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>570</b>	<b>21,95</b>	<b>10</b>	<b>118,89</b>	<b>597,48</b>
<b>Обед</b>					
Салат "Степной"	40	0,51	2,45	4,01	39,94
Суп гороховый	250	7,78	8,62	23,94	199,30
Соус "Альфредо"	100	9,7	11,90	7,17	174,00
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,61	5,17	55,51	296,90
Хлеб ржаной	32,5	2,2	0,39	13,55	62,85
Компот из сухофруктов	200	1,0	0,06	32,96	124,80
<b>Итого за Обед</b>	<b>802,5</b>	<b>31,77</b>	<b>28,59</b>	<b>137,1</b>	<b>897,79</b>
<b>Полдник</b>					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Груша 1 шт	130	0,46		11,85	52
Ватрушка с конфитюром	100	6,71	6	44,47	263
<b>Итого за Полдник</b>	<b>430</b>	<b>7,17</b>	<b>6</b>	<b>76,52</b>	<b>403</b>
<b>Итого за день</b>		<b>60,89</b>	<b>44</b>	<b>332,55</b>	<b>1 898</b>

Директор

A handwritten signature in blue ink, appearing to be "Астафьева", written over a horizontal line.

Биленко В.

Зав. производством

A handwritten signature in blue ink, appearing to be "Биленкова О.В.", written over a horizontal line.



## МЕНЮ дети от 12 до 18 лет

4 день, 1 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Котлета "Умка" с соусом	120	9,7	18,23	14,07	257,14
Перлотто	180	5,12	5,92	39,24	224,30
Хлеб ржаной	32,5	2,15	0,39	13,55	62,85
Чай с молоком сгущенным	200	1,64	1,92	12,52	71,71
<b>Итого за Завтрак</b>	532,5	18,57	26,46	79,38	616,00
<b>Обед</b>					
Салат из белокачанной капусты	30	0,46	1,79	2,80	27,81
Суп картофельный с рыбой	250	4,22	5,01	19,9	139,10
Азу "Рататуй"	280	15,93	32,50	35,69	496,50
Хлеб ржаной	65	4,29	0,78	27,11	125,70
Чай	200	0,0	0,02	9,8	37,32
<b>Итого за Обед</b>	825	24,92	40,10	95,24	826,43
<b>Полдник</b>					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Яблоко 1 шт	130	0,52	1	12,74	61
Хачапури с сыром	100	14,49	14	37,52	339
<b>Итого за Полдник</b>	430	15,01	15	70,46	488
<b>Итого за день</b>		58,50	82	245,08	1 930

Директор

Биленко В.

Зав. производством



## МЕНЮ дети от 12 до 18 лет

5 день, 1 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Тефтели Мит-бол с соусом	100	9,5	8,44	13,40	125,35
Каша гречневая рассыпчатая	190	11,20	5,46	58,59	313,30
Хлеб пшеничный	20	1,3	0,13	9,4	44,78
Хлеб ржаной	32,5	2,15	0,39	13,55	62,85
Напиток из шиповника	200	0,24	0,10	19,49	74,32
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>542,50</b>	<b>24,42</b>	<b>14,52</b>	<b>114,4</b>	<b>620,60</b>
<b>Обед</b>					
Салат из свеклы отварной	30	0,53	1,80	4,02	32,12
Суп из овощей со сметаной	250	2,0	6,14	12,80	111,40
Паста болоньезе	280	14,19	34,10	47,57	550,20
Хлеб пшеничный	40	2,64	0,26	18,76	89,56
Хлеб ржаной	65	4,30	0,78	27,10	125,70
Компот из сухофруктов	200	1,02	0,06	32,96	124,80
<b>Итого за Обед</b>	<b>865</b>	<b>24,66</b>	<b>43,14</b>	<b>143,2</b>	<b>1033,78</b>
<b>Полдник</b>					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Груша 1 шт	130	0,46		11,85	52
Пирожок с конфитюром	100	5,7	5	39,07	229
<b>Итого за Полдник</b>	<b>430</b>	<b>6,16</b>	<b>5</b>	<b>71,12</b>	<b>369</b>
<b>Итого за день</b>		<b>55,24</b>	<b>63</b>	<b>328,74</b>	<b>2 023</b>

Директор

Биленко В.

Зав. производством



# МЕНЮ дети от 12 до 18 лет

6 день, 1 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Салат из моркови	100	1,2	0,09	13,55	54,04
Запеканка из творога с рисом с соусом фруктовым (повидло)	210	21,50	14,90	47,07	329,00
Чай с лимоном	215	0,1	0,01	10,8	42,04
Хлеб пшеничный	40	2,64	0,26	18,76	89,56
Печенье	40	3,00	3,92	30,68	168,90
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>605,00</b>	<b>28,42</b>	<b>19,18</b>	<b>120,8</b>	<b>683,54</b>
<b>Обед</b>					
Суп сырный	250	6,0	10,40	25,02	215,10
Котлета Лакомая с соусом	110	12,14	10,50	9,51	180,99
Картофельно-деревенски	180	3,72	4,65	31,89	182,70
Хлеб ржаной	65	4,29	0,78	27,11	125,70
Компот из сухофруктов	200	1,02	0,06	32,96	124,80
<b>Итого за Обед</b>	<b>805</b>	<b>27,14</b>	<b>26,39</b>	<b>126,5</b>	<b>829,29</b>
<b>Полдник</b>					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Груша 1 шт	130	0,46		11,85	52
Пирожок с конфитюром	100	5,7	5	39,07	229
<b>Итого за Полдник</b>	<b>430</b>	<b>6,16</b>	<b>5</b>	<b>71,12</b>	<b>369</b>
<b>Итого за день</b>		<b>61,72</b>	<b>51</b>	<b>318,45</b>	<b>1 882</b>

Директор

Биленко В.

Зав. производством

Нильцова О.Б.