

1 неделя

Согласовано

*Женя*

## МЕНЮ 12-18 лет

## 1 день

Прием пищи	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Каша "Дружба" молочная жидкая с маслом сливочным	200/10	5,9	9,9	35,0	265,7
Какао с молоком витаминизированный	200	3,7	3,4	19,7	131,5
Сыр порционный в инд.упак.	16	1,8	3,4	1,0	41,6
Батон йодированный	22	1,7	0,6	11,3	57,6
Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	61,1
<b>Итого за прием пищи: Цена комплекса 75 руб.</b>	<b>578</b>	<b>13,6</b>	<b>17,8</b>	<b>79,7</b>	<b>557,5</b>
<b>Обед</b>					
Суп картофельный с горохом лущеным	250	5,9	4,7	19,4	144,4
Котлета Лакомка	100	13,6	19,3	10,4	287,1
Макаронные изделия отварные	180	7,5	4,9	48,0	270,8
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	69,6
Батон йодированный	20	1,5	0,6	10,3	52,4
<b>Итого за прием пищи: Цена комплекса 75 руб.</b>	<b>805</b>	<b>31,2</b>	<b>30,0</b>	<b>116,5</b>	<b>884,3</b>
<b>Полдник</b>					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	0,0	0,0	20,2	88,0
Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	61,1
Булочка с конфитюром	50	2,7	2,5	28,0	145,3
Чоко-пай	30	1,2	4,8	21,2	132,0
<b>Итого за прием пищи: Цена комплекса 75 руб.</b>	<b>410</b>	<b>4,4</b>	<b>7,8</b>	<b>82,1</b>	<b>426,4</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>49,2</b>	<b>55,6</b>	<b>278,3</b>	<b>1 868,2</b>

Директор

Щеголькова Н.В.

Бухгалтер-калькулятор

Крутова Н.Ю.

Зав. производством

*Женя* Савенко О.Б.

1 неделя



## МЕНЮ 12-18 лет

## 2 день

Прием пищи	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Котлета Волжанка	90	10,6	7,7	9,8	155,5
Пюре картофельное	150	3,3	4,5	22,0	148,0
Огурец свежий	44	0,2	0,0	0,9	4,7
Батон йодированный	35	2,6	1,0	18,0	91,7
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Оладьи 1 шт	35	2,1	2,4	14,0	86,0
<b>Итого за прием пищи: Цена комплекса 75 руб.</b>	<b>569</b>	<b>18,9</b>	<b>15,6</b>	<b>79,7</b>	<b>545,9</b>
<b>Обед</b>					
Суп с макаронными изделиями и мясом	255	3,2	3,3	15,7	105,7
Гуляш из мяса кур	50/50	11,8	13,2	3,2	194,4
Рис отварной	180	4,3	5,1	44,5	241,6
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Хлеб ржаной	36	2,4	0,4	12,0	62,6
Батон йодированный	32	2,4	0,9	16,4	83,8
Печенье	20	1,1	6,9	11,9	111,0
<b>Итого за прием пищи: Цена комплекса 75 руб.</b>	<b>838</b>	<b>25,3</b>	<b>29,8</b>	<b>118,7</b>	<b>859,1</b>
<b>Полдник</b>					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	0,0	0,0	20,2	88,0
Груша	140	0,6	0,4	14,4	65,8
Рулет Эстонский с сыром	80	10,2	12,9	37,2	318,5
<b>Итого за прием пищи: Цена комплекса 75 руб.</b>	<b>420</b>	<b>10,8</b>	<b>13,3</b>	<b>71,8</b>	<b>472,3</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>55,0</b>	<b>58,7</b>	<b>270,2</b>	<b>1 877,3</b>

Директор

Щеголькова Н.В.

Бухгалтер-калькулятор

Крутова Н.Ю.

Зав. производством



1 неделя



## МЕНЮ 12-18 лет

## 3 день

Прием пищи	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Пельмени отварные с бульоном	160/150	11,8	23,6	28,6	375,2
Батон йодированный	31	2,3	0,9	15,9	81,2
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
<b>Итого за прием пищи: Цена комплекса 75 руб.</b>	<b>556</b>	<b>14,2</b>	<b>24,5</b>	<b>59,5</b>	<b>516,4</b>
<b>Обед</b>					
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом (конс)	255	2,5	3,2	9,0	75,4
Тефтели Сочные с соусом красным основным	70/50	10,0	14,5	9,9	210,0
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	7,2	45,7	288,1
Напиток из смеси сухофруктов	200	0,6	0,0	32,0	132,9
Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	43,5
Булочка Домашняя с сахаром	50	4,6	4,7	30,3	182,1
<b>Итого за прием пищи: Цена комплекса 75 руб.</b>	<b>830</b>	<b>29,6</b>	<b>29,9</b>	<b>135,2</b>	<b>931,9</b>
<b>Полдник</b>					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	0,0	0,0	20,2	88,0
Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38,0
Хачапури с сыром	80	11,8	8,9	32,9	258,7
<b>Итого за прием пищи: Цена комплекса 75 руб.</b>	<b>380</b>	<b>12,6</b>	<b>9,1</b>	<b>60,6</b>	<b>384,7</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>56,3</b>	<b>63,5</b>	<b>255,3</b>	<b>1 833,1</b>

Директор

Щеголькова Н.В.

Бухгалтер-калькулятор

Крутова Н.Ю.

Зав. производством

1 неделя

## МЕНЮ 12-18 лет

## 4 день

Прием пищи	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Шницель из свинины рубленый	100	13,9	23,9	13,2	321,9
Макаронные изделия отварные	150	6,2	4,0	40,1	226,0
Огурец свежий	36	0,2	0,0	0,7	3,8
Батон йодированный	23	1,7	0,7	11,8	60,3
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Пирожное глазированное с шоколадной посыпкой	35	3,9	8,8	25,8	201,1
<b>Итого за прием пищи: Цена комплекса 75 руб.</b>	<b>559</b>	<b>26,0</b>	<b>37,4</b>	<b>106,6</b>	<b>873,1</b>
<b>Обед</b>					
Солянка по-домашнему из птицы со сметаной	250/15/10	4,7	6,1	10,0	120,1
Плов со свининой	250	14,2	27,2	54,1	545,1
Кукуруза конс. отварная	10	0,2	0,0	1,0	5,0
Чай с лимоном	200/15/8	0,3	0,0	15,2	63,6
Хлеб ржаной	43	2,8	0,5	14,4	74,8
<b>Итого за прием пищи: Цена комплекса 75 руб.</b>	<b>801</b>	<b>22,2</b>	<b>33,8</b>	<b>94,7</b>	<b>808,6</b>
<b>Полдник</b>					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	0,0	0,0	20,2	88,0
Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	61,1
Булочка с конфитюром	50	2,7	2,5	28,0	145,3
Чоко-пай	30	1,2	4,8	21,2	132,0
<b>Итого за прием пищи: Цена комплекса 75 руб.</b>	<b>410</b>	<b>4,4</b>	<b>7,8</b>	<b>82,1</b>	<b>426,4</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>52,6</b>	<b>79,0</b>	<b>283,4</b>	<b>2 108,2</b>

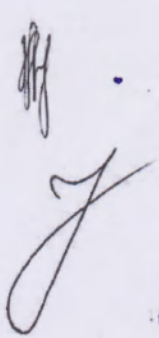
Директор

Щеголькова Н.В.

Бухгалтер-калькулятор

Крутова Н.Ю.

Зав. производством


  
 О.Г. Иванов



1 неделя



## МЕНЮ 12-18 лет

## 5 день

Прием пищи	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Гуляш из мяса кур	50/50	11,8	13,2	3,2	194,4
Рис отварной	180	4,3	5,1	44,5	241,6
Батон йодированный	32	2,4	0,9	16,4	83,8
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Блинчик с вишней	70	2,1	3,4	18,6	112,1
<b>Итого за прием пищи: Цена комплекса 75 руб.</b>	<b>597</b>	<b>20,7</b>	<b>22,6</b>	<b>97,7</b>	<b>691,9</b>
<b>Обед</b>					
Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/10	2,0	5,6	12,8	113,2
Биточек Нежный	100	11,5	20,8	11,5	294,7
Картофельное пюре	180	4,0	5,4	26,4	177,7
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Хлеб ржаной	33	2,2	0,4	11,0	57,4
Батон йодированный	35	2,6	1,0	18,0	91,7
<b>Итого за прием пищи: Цена комплекса 75 руб.</b>	<b>823</b>	<b>22,4</b>	<b>33,2</b>	<b>94,7</b>	<b>794,7</b>
<b>Полдник</b>					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	0,0	0,0	20,2	88,0
Груша	140	0,6	0,4	14,4	65,8
Рулет Эстонский с сыром	80	10,2	12,9	37,2	318,5
<b>Итого за прием пищи: Цена комплекса 75 руб.</b>	<b>420</b>	<b>10,8</b>	<b>13,3</b>	<b>71,8</b>	<b>472,3</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>53,9</b>	<b>69,1</b>	<b>264,2</b>	<b>1 958,9</b>

Директор

Щеголькова Н.В.

Бухгалтер-калькулятор

Крутова Н.Ю.

Зав. производством

1 неделя



## МЕНЮ 12-18 лет

## 6 день

Прием пищи	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Жаркое по-домашнему с курой	250	14,8	12,6	27,5	298,0
Помидор свежий	55	0,6	0,1	2,1	13,2
Батон йодированный	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Оладьи 2 шт	70	4,2	4,8	28,0	172,0
<b>Итого за прием пищи: Цена комплекса 75 руб.</b>	<b>620</b>	<b>22,0</b>	<b>18,4</b>	<b>88,0</b>	<b>621,8</b>
<b>Обед</b>					
Суп картофельный с яйцом, курой и сметаной	250/10/10	9,1	7,4	17,0	182,5
Печень по-строгановски	50/50	13,2	11,3	3,5	184,8
Макаронные изделия отварные	180	7,8	4,9	49,6	278,9
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Хлеб ржаной	19	1,3	0,2	6,3	33,1
Батон йодированный	21	1,6	0,6	10,8	55,0
<b>Итого за прием пищи: Цена комплекса 75 руб.</b>	<b>805</b>	<b>33,2</b>	<b>24,3</b>	<b>102,2</b>	<b>794,3</b>
<b>Полдник</b>					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	0,0	0,0	20,2	88,0
Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38,0
Хачапури с сыром	80	11,8	8,9	32,9	258,7
<b>Итого за прием пищи: Цена комплекса 75 руб.</b>	<b>380</b>	<b>12,6</b>	<b>9,1</b>	<b>60,6</b>	<b>384,7</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>67,7</b>	<b>51,8</b>	<b>250,8</b>	<b>1 800,9</b>

Директор

Щеголькова Н.В.

Бухгалтер-калькулятор

Крутова Н.Ю.

Зав. производством