



МЕНЮ

День 4 на "09" 01 2025г

Наименование блюда	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		КАЛОРИЙНОСТЬ, КАЛЛ		ЦЕНА	
	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л
Завтрак											83,00	83,00
Омлет	200	250	20,88	26,10	22,47	28,09	3,90	4,88	301,42	376,78	54,56	54,56
Какао-напиток на молоке	200	200	3,97	3,97	3,80	3,80	9,10	9,10	87,52	87,52	14,62	14,62
Печенье	40	40	3,00	3,00	3,92	3,92	29,76	29,76	166,80	166,80	8	8
Хлеб из муки пшеничной	60	60	4,50	4,50	1,74	1,74	30,84	30,84	157,20	157,20	7,5	7,5
Итого за завтрак:	500	550	32,35	37,57	31,93	37,55	73,61	74,58	712,94	788,30		
Обед											88,80	102,80
Салат Мозайка	60	100	1,73	2,88	4,43	7,38	6,11	10,18	71,43	119,05	8,47	14,11
Суп картофельный с рисом	200	250	1,61	2,01	7,09	8,86	12,57	15,72	118,92	148,65	15,06	18,82
Котлета рыбная Любительская	90	100	13,20	14,67	3,39	3,77	11,37	12,63	129,13	143,48	38,15	42,38
Картофельное пюре	150	180	3,30	3,96	5,57	6,68	22,13	26,55	152,10	182,52	18,5	22,19
Компот из плодов сушеных	200	200	0,48	0,48	0,04	0,04	14,83	14,83	60,72	60,72	4,65	4,65
Хлеб из муки пшеничной	60	60	4,50	4,50	1,74	1,74	30,84	30,84	157,20	157,20	7,50	7,5
Хлеб ржано-пшеничный	40	40	2,24	2,24	0,44	0,44	19,76	19,76	92,80	92,80	2	2
Итого за обед:	800	930	27,06	30,74	22,69	28,90	117,61	130,51	782,30	904,42		
Полдник											55,00	
Биточки манные с повидлом	150		3,39		5,27		45,50		240,00		17,22	
Сок фруктовый	200		10,00		0,00		20,00		84,00		33,00	
Итого за полдник:	350		13,39		5,27		65,50		324,00			
Итого за день:		1480	72,8	68,3	59,9	66,4	256,7	205,1	1 819,2	1 692,7		

Ответственный за питание: _____

Повар: _____



СОГЛАСОВАНО:
 Директор МБОУ

№ 25
 Просова

УТВЕРЖДАЮ:
 ИП Матюхина Н.А.
 Матюхина Н.А.



МЕНЮ

на "10" 01 2025г

День 5

Наименование блюда	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		КАЛОРИЙНОСТЬ, ККАЛ		ЦЕНА	
	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л
Завтрак											83,00	83,00
Каша пшеничная	200	250	5,90	7,37	8,50	10,63	27,75	34,69	211,44	264,30	30,68	30,68
Кофейный напиток злаковый на молоке	200	200	4,39	4,39	4,04	4,04	16,42	16,42	122,90	122,90	17,11	17,11
Печенье	40	40	3,00	3,00	3,92	3,92	29,76	29,76	166,80	166,80	8	8
Хлеб из муки пшеничной	40	40	3,00	3,00	1,16	1,16	20,56	20,56	104,80	104,80	5	5
Сыр (порциями)	20	20	4,64	4,64	5,90	5,90	0,00	0,00	72,80	72,80	16,50	16,5
Итого за завтрак:	500	550	20,93	22,40	23,52	25,65	94,49	101,43	678,74	731,60		
Обед											88,80	102,80
Салат из свеклы с маслом	60	100	0,31	0,52	2,18	3,63	1,82	3,03	28,10	46,83	3,56	5,93
Суп из овощей	200	250	1,49	1,86	4,21	5,26	8,87	11,09	79,72	99,65	5,77	7,21
Пельмени с маслом сливочным	240	280	22,89	26,70	36,59	42,69	48,86	57,01	510,24	595,28	75,06	80,56
Напиток из шиповника	200	200	0,54	0,54	0,22	0,22	21,71	21,71	101,30	101,30	15	15
Хлеб из муки пшеничной	20	20	1,50	1,50	0,58	0,58	10,28	10,28	52,40	52,40	2,50	2,5
Хлеб ржано-пшеничный	20	60	1,12	3,36	0,22	0,66	9,88	29,64	46,40	139,20	3	3
Итого за обед:	740,0	910	27,85	34,48	44,00	53,04	101,42	132,76	818,16	1034,66		
Полдник											55,00	
Запеканка морковная с творогом с сгущенным молоком	150/20		14,50		15,94		29,56		315,00		66,34	
Чай	200		0,00		0,00		5,99		23,98		4	
Итого за полдник:	370		14,50		15,94		35,55		338,98		2,5	
Итого за день		1460	63,3	56,9	83,5	78,7	231,5	234,2	1835,9	1766,3		

Ответственный за питание:

(Signature)

Повар:

(Signature)