

Утверждаю и.о. директора А. Чаус



# МЕНЮ

7-11 постоянные на 2 апреля 2025

| № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции (г) | Цена (г) | Пищевые вещества (г) |   |   | Ккал |
|--------|--------------------------------|------------------|----------|----------------------|---|---|------|
|        |                                |                  |          | Б                    | Ж | У |      |

## Завтрак

|               |                                       |       |         |         |         |          |          |
|---------------|---------------------------------------|-------|---------|---------|---------|----------|----------|
| 182           | Каша жидкая молочная из пшенной крупы | 150   | 11,15   | 3,2045  | 6,1759  | 5,2533   | 125,4169 |
| 1             | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                    | 60    | 18,74   | 3,5698  | 12,6613 | 22,2887  | 124,2555 |
| 433           | Какао с молоком                       | 200   | 8,15    | 10,4839 | 2,7999  | 11,8932  | 86,7221  |
| 338           | Фрукты свеж.                          | 150   | 22,50   | 2,2500  | 0,7500  | 31,5000  | 144,0000 |
| <b>Всего:</b> |                                       | 60,54 | 19,5103 | 22,3872 | 70,9352 | 480,3945 |          |

## Второй завтрак

|               |                           |         |         |         |         |          |          |
|---------------|---------------------------|---------|---------|---------|---------|----------|----------|
| 210           | Омлет натуральный паровой | 150     | 48,19   | 14,4867 | 21,3064 | 2,6543   | 260,5086 |
| 377           | Чай с лимоном             | 200/7/7 | 2,44    | 0,2631  | 0,0580  | 7,3496   | 30,3261  |
| <b>Всего:</b> |                           | 50,63   | 15,7498 | 21,3644 | 10,0038 | 290,8347 |          |

## Обед

|               |                                   |        |         |         |          |          |          |
|---------------|-----------------------------------|--------|---------|---------|----------|----------|----------|
| 67            | Винегрет овощной                  | 100    | 9,49    | 1,6981  | 4,3433   | 11,4114  | 91,0153  |
| 102           | Суп картофельный с бобовыми       | 250    | 7,41    | 4,9883  | 3,4859   | 17,5405  | 121,8596 |
| 245           | Бефстроганов из ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ | 120    | 90,84   | 10,8269 | 20,4111  | 2,4734   | 140,9141 |
| 181           | каша пшеничная рассыпчатая        | 150    | 5,87    | 5,5048  | 3,8981   | 32,3061  | 186,3440 |
| 389           | сок фруктовый в ассортименте      | 200    | 9,51    | 1,0000  | 0,2000   | 15,2000  | 92,0000  |
|               | хлеб пшеничный.....               | 50     | 3,40    | 3,7998  | 0,4000   | 24,5985  | 117,4930 |
|               | хлеб ржаной,...                   | 55     | 5,09    | 3,3000  | 0,5500   | 21,7250  | 107,2500 |
| <b>Всего:</b> |                                   | 131,60 | 31,1178 | 33,2884 | 125,2549 | 856,8759 |          |

## Полдник

|               |                                |       |        |        |         |          |          |
|---------------|--------------------------------|-------|--------|--------|---------|----------|----------|
| 338           | Фрукты свежие-                 | 100   | 8,00   | 0,4000 | 0,4000  | 9,8000   | 47,0000  |
| 3             | бутерброд с сыром..            | 50    | 19,56  | 5,7799 | 8,8404  | 14,8091  | 161,9997 |
| 357           | кисель из плодов (витаминный ) | 200   | 5,87   | 0,6900 |         | 20,8293  | 81,2432  |
| <b>Всего:</b> |                                | 33,44 | 6,8699 | 9,2404 | 45,4384 | 290,2430 |          |

## Ужин

|               |                             |       |         |         |         |          |          |
|---------------|-----------------------------|-------|---------|---------|---------|----------|----------|
| 257           | котлеты рыбные паровые      | 100   | 47,51   | 17,1585 | 3,2276  | 5,8323   | 121,4963 |
| 349/2<br>48   | соус томатный с овощами     | 30    | 4,58    | 0,4345  | 2,4831  | 2,3815   | 34,1278  |
| 312           | Пюре картофельное ..        | 150   | 17,89   | 3,3270  | 5,3697  | 22,0629  | 150,2809 |
| 430           | Чай с сахаром               | 200   | 0,92    | 0,2000  | 0,0510  | 7,1393   | 27,9432  |
|               | хлеб пшеничный..            | 40    | 2,72    | 3,0398  | 0,3200  | 19,6788  | 93,9944  |
|               | хлеб ржаной.                | 40    | 3,70    | 2,4000  | 0,4000  | 15,8000  | 78,0000  |
| 77            | Овощи натуральные по сезону | 100   | 20,00   | 0,7918  | 0,0990  | 2,4745   | 13,8572  |
| <b>Всего:</b> |                             | 97,32 | 27,3517 | 11,9504 | 75,3734 | 519,6998 |          |

## Второй ужин

|               |                               |        |          |          |          |           |          |
|---------------|-------------------------------|--------|----------|----------|----------|-----------|----------|
| 386           | Кисломолочный напиток (кефир) | 200    | 15,49    | 5,6000   | 6,4000   | 8,2000    | 112,0000 |
| <b>Всего:</b> |                               | 15,49  | 5,6000   | 6,4000   | 8,2000   | 112,0000  |          |
| <b>Итого:</b> |                               | 389,01 | 109,1993 | 104,6307 | 349,2057 | 2784,0479 |          |

Шеф-повар

Г. Гаврилова