



СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ СОШ № 20

Девосун



УТВЕРЖДАЮ:
И.И. Роджунин С.А.
Сергей

МЕНЮ

День 1 на 2025г

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												
Каша "Дружба"	200	250	7,77	9,72	7,85	9,82	43,88	54,85	273,9	342,35		83,00
Какао-напиток на молоке	200	200	3,97	3,97	3,80	3,80	9,10	9,10	87,5	87,52		
Хлеб из муки	60	60	4,50	4,50	1,74	1,74	30,84	30,84	157,2	157,20		
Сыр (порциями)	10	10	2,32	2,32	2,95	2,95	0,00	0,00	36,4	36,40		
Печенье	40	40	3,00	3,00	3,92	3,92	29,76	29,76	166,8	166,80		
Итого за завтрак:	510	560	21,56	23,51	20,26	22,23	113,58	124,55	721,8	790,27		
Обед												
Салат витаминный с растительным маслом/салат из квашеной капусты	60	100	0,63	1,05	2,49	4,15	6,22	10,37	50,58	84,30	88,80	102,80
Суп вермишелевый на курьб	200	250	2,01	2,51	3,53	4,42	12,52	15,65	89,90	112,38		
Рагу из мяса птицы (курица)	240	280	26,72	31,17	24,64	28,75	30,05	35,06	448,86	523,67		
Компот из плодов сухих	200	200	0,64	0,64	0,05	0,05	29,10	29,10	119,39	119,39		
Хлеб из муки пшеничной	40	40	3,00	3,00	1,16	1,16	20,56	20,56	104,80	104,80		
Хлеб ржано-пшеничный	40	40	2,24	2,24	0,44	0,44	19,76	19,76	92,80	92,80		
Итого за обед:	780	910	35,08	40,45	32,30	38,96	103,94	116,23	834,03	962,77		
Полдник												
Салат из моркови с изюм	100		1,25		0,13		2,22		95,30		55,00	
Чай	200		0,00		0,00		5,99		23,98			
Хлеб из муки пшеничной	20		1,50		0,58		10,28		52,34			
Итого за полдник:	320		2,75		0,71		18,49		171,62			
Итого за день			59,4	64,0	53,3	61,2	236,0	240,8	1727,4	1753,0		

Зав.Производством (повар)

Социальный педагог

Медицинский работник



МЕНЮ

День 2 на 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												
Вареники с творогом	200	230	17,04	17,04	11,78	11,78	47,64	47,64	360,40	360,40		83,00
Соус абрикосовый	50	70	0,39	0,55	0,02	0,03	33,80	47,31	137,10	191,94		
Сыр (порциями)	10	20	2,32	4,64	2,95	5,90	0,00	0,00	36,40	72,80		
Чай с лимоном	200	200	0,04	0,04	0,00	0,00	8,11	8,11	33,28	33,28		
Хлеб из муки пшеничной	40	60	3,00	4,50	1,16	1,74	20,56	30,84	104,80	157,20		
Итого за завтрак:	500	550	22,79	26,76	15,91	19,45	110,11	133,91	671,98	815,62		
Обед												
Икра из кабачков	60	100	0,72	1,20	2,82	4,70	4,62	7,70	46,80	78,00	88,80	102,80
Борщ с капустой и картофелем	200	250	1,69	2,11	3,03	3,79	9,31	11,63	71,48	89,35		
Гуляш	90	100	12,12	13,47	11,62	12,91	3,47	3,86	164,15	182,39		
Каша гречневая	150	180	6,32	7,59	5,36	6,43	28,53	34,23	187,35	224,82		
Компот из плодов свежих (яблоки)	200	200	0,12	0,12	0,12	0,12	22,92	22,92	93,90	93,90		
Хлеб из муки пшеничной	20	40	1,50	3,00	0,58	1,16	10,28	20,56	52,40	104,80		
Хлеб ржано-пшеничный	40	40	2,24	2,24	0,44	0,44	19,76	19,76	92,80	92,80		
Итого за обед:	760	910	24,72	29,73	23,97	29,55	98,89	120,67	708,88	866,06		
Полдник												
Хлопья кукурузные	50		1,52		1,80		16,90		79,00		55,00	
Молоко	150		5,80		3,20		9,60		107,00			
Фрукты свежие по сезону	100		0,40		0,40		9,80		44,40			
Итого за полдник:	300		7,72		5,40		36,30		230,40			
Итого за день			55,2	56,5	45,3	49,0	245,3	254,6	1611,3	1681,7		

Зав.Производством (повар)

Социальный педагог

Медицинский работник



МЕНЮ

День 3 на 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												
Каша овсяная	180	250	3,99	5,54	4,35	6,05	21,85	30,35	142,67	198,15	83,00	
Кофейный напиток из цикория с молоком	200	200	3,90	3,90	3,84	3,84	13,67	13,67	104,53	104,53		
Фрукты свежие по сезонности	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00		
Сыр (порциями)	20	20	4,64	4,64	5,90	5,90	0,00	0,00	72,80	72,80		
Хлеб из муки пшеничной	40	60	3,00	4,50	1,16	1,74	20,56	30,84	104,80	157,20		
Итого за завтрак:	540	630	15,93	18,98	15,66	17,93	65,88	84,66	471,80	579,68		
Обед												
Огурцы консерв/ Огурцы свежие	60	100	0,48	0,80	0,06	0,10	1,50	2,50	8,40	14,00	88,80 102,80	
Суп картофельный с горохом	200	250	4,36	5,45	7,10	8,88	15,71	19,64	144,40	180,50		
Котлеты рубленые из птицы	90	100	23,678	26,309	24,07	26,745	14,41	16,012	355,73	395,25		
Капуста тушеная	150	180	3,243	3,8916	6,183	7,4196	10,53	12,637	112,93	135,513		
Кисель ягодный(смородина)	200	200	0,17	0,17	0,06	0,06	14,08	14,08	57,74	57,74		
Хлеб из муки пшеничной	40	40	3,00	3,00	1,16	1,16	20,56	20,56	104,80	104,80		
Хлеб ржано-пшеничный	40	60	2,24	3,36	0,44	0,66	19,76	29,64	92,80	139,20		
Итого за обед:	780	930	37,17	42,98	39,07	45,02	96,55	115,07	876,80	1027,00	55,00	
Полдник												
Винегрет овощной	100		1,38		10,02		6,54		122,00			
Хлеб ржано-пшеничный	20		1,50		0,58		10,28		52,34			
Напиток из шиповника	200		0,67		0,27		20,76		88,20			
Итого за полдник:	320		3,55		10,87		37,58		262,54			
Итого за день			40,7	62,0	65,6	63,0	200,0	199,7	1611,1	1606,7		

Зав.Производством (повар)

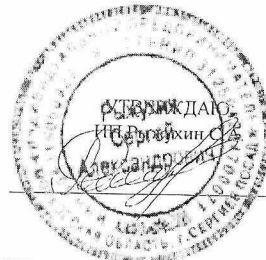
Социальный педагог

Медицинский работник



СОГЛАСОВАНО
 Директор МБОУ СОШ № 28

Е. И. Делкин



ОТВЕЧАЮЩИЙ
 И. В. Фролкин
 Александрович

МЕНЮ

День 4 на 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												
Омлет	200	250	20,88	26,10	22,47	28,09	3,90	4,88	301,42	376,78	83,00	
Какао-напиток на молоке	200	200	3,97	3,97	3,80	3,80	9,10	9,10	87,52	87,52		
Печенье	40	40	3,00	3,00	3,92	3,92	29,76	29,76	166,80	166,80		
Хлеб из муки пшеничной	60	60	4,50	4,50	1,74	1,74	30,84	30,84	157,20	157,02		
Итого за завтрак:	500	550	32,35	37,57	31,93	37,55	73,60	74,58	712,94	788,30		
Обед												
Салат Мозайка	60	100	1,73	2,88	4,43	7,38	6,11	10,18	71,43	119,05	88,80 102,80	
Суп картофельный с рисом	200	250	1,61	2,01	7,09	8,86	12,57	15,72	118,92	148,65		
Котлета рыбная Любительская	90	100	13,20	14,67	3,39	3,77	11,37	12,63	129,13	143,48		
Пюре картофельное	150	180	3,30	3,96	5,57	6,68	22,13	26,55	152,10	182,52		
Компот из плодов сушен	200	200	0,48	0,48	0,04	0,04	14,83	14,83	60,72	60,72		
Хлеб из муки пшеничной	60	60	4,50	4,50	1,74	1,74	30,84	30,84	157,20	157,20		
Хлеб ржано-пшеничный	40	40	2,24	2,24	0,44	0,44	19,76	19,76	92,80	92,80		
Итого за обед:	800	930	27,06	30,74	22,70	28,91	117,61	130,51	782,30	904,42	55,00	
Полдник												
Биточки манные с	150		3,39		5,27		45,50		240,00			
Сок фруктовый	200		10,00		0,00		20,00		84,00			
Итого за полдник:	350		13,39		5,27		65,50		324,00			
Итого за день		1480	72,8	68,3	59,9	66,5	256,7	205,1	1 819,2	1 692,7		

Зав.Производством (повар)

Социальный педагог

Медицинский работник



СОГЛАСОВАНО
 Директор МБОУ СОШ

И. В. Велюч



УТВЕРЖДАЮ
 И. В. Велюч
 Сергей

МЕНЮ
 на 2025г

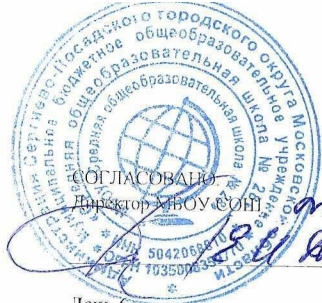
День 5

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

Зав.Производством (повар)

Социальный педагог

Медицинский работник



МЕНЮ

День 6 на 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												
Каша рисовая	200	250	6,14	7,68	6,94	8,68	43,36	54,20	253,73	317,17		
Печенье	40	40	3,00	3,00	3,92	3,92	29,76	29,76	166,80	166,80		
Чай с лимоном	200	200	0,04	0,04	0,00	0,00	8,11	8,11	33,28	33,28		
Сыр (порциями)	10	20	2,32	4,64	2,95	5,90	0,00	0,00	36,40	72,80		
Хлеб из муки пшеничной	60	60	4,50	4,50	1,74	1,74	30,84	30,84	157,02	157,02		
Итого за завтрак:	510	570	16,00	19,86	15,55	20,24	112,07	122,91	624,65	724,49		
Обед												
Огурцы консерв/ Огурцы	60	100	0,48	0,80	0,06	0,10	1,50	2,50	8,40	14,00		
Рассольник Ленинградский	200	250	2,24	2,80	3,23	4,04	15,15	18,94	98,80	123,50		
Патетсы запеченные	100	100	18,70	18,70	17,70	17,70	8,30	8,30	266,90	266,90		
Пюре картофельное	150	180	3,30	3,96	5,57	6,68	22,13	26,55	152,10	182,52		
Компот из плодов свежих	200	200	0,13	0,13	0,01	0,01	22,40	22,40	92,54	92,54		
Хлеб из муки пшеничной	40	40	3,00	3,00	1,16	1,16	20,56	20,56	104,80	104,80		
Хлеб ржано-пшеничный	40	60	2,24	3,36	0,44	0,66	19,76	29,64	92,80	139,20		
Итого за обед:	790	930	30,09	32,75	28,17	30,35	109,80	128,89	816,34	923,46		
Полдник												
Запеканка со свежими плодами	150		6,87		10,44		35,91		265,14			
Сок фруктовый	200		10,00		0,00		20,00		84,00			
Итого за полдник:	350		16,87		10,44		55,91		349,14			
Итого за день			63,0	52,6	54,2	50,6	277,8	251,8	1790,1	1648,0		

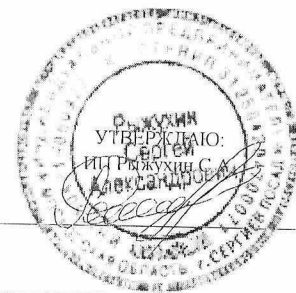
Зав.Производством (повар)

Социальный педагог

Медицинский работник



Handwritten signature
И. Дежнев



МЕНЮ

День 6 на 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												
Каша рисовая	200	250	6,14	7,68	6,94	8,68	43,36	54,20	253,73	317,17	83,00	
Печенье	40	40	3,00	3,00	3,92	3,92	29,76	29,76	166,80	166,80		
Чай с лимоном	200	200	0,04	0,04	0,00	0,00	8,11	8,11	33,28	33,28		
Сыр (порциями)	10	20	2,32	4,64	2,95	5,90	0,00	0,00	36,40	72,80		
Хлеб из муки пшеничной	60	60	4,50	4,50	1,74	1,74	30,84	30,84	157,02	157,02		
Итого за завтрак:	510	570	16,00	19,86	15,55	20,24	112,07	122,91	624,65	724,49		
Обед												
Огурцы консерв/ Огурцы	60	100	0,48	0,80	0,06	0,10	1,50	2,50	8,40	14,00	88,80 102,80	
Рассольник Ленинградский	200	250	2,24	2,80	3,23	4,04	15,15	18,94	98,80	123,50		
Биточки рубленные куриные	90	100	16,09	17,88	14,21	15,79	13,41	14,90	237,23	266,90		
Пюре картофельное	150	180	3,30	3,96	5,57	6,68	22,13	26,55	152,10	182,52		
Компот из плодов свежих	200	200	0,13	0,13	0,01	0,01	22,40	22,40	92,54	92,54		
Хлеб из муки пшеничной	40	40	3,00	3,00	1,16	1,16	20,56	20,56	104,80	104,80		
Хлеб ржано-пшеничный	40	60	2,24	3,36	0,44	0,66	19,76	29,64	92,80	139,20		
Итого за обед:	780	930	27,48	31,93	24,68	28,44	114,91	135,49	786,67	923,46		
Полдник												
Запеканка со свежими плодами	150		6,87		10,44		35,91		265,14		55,00	
Сок фруктовый	200		10,00		0,00		20,00		84,00			
Итого за полдник:	350		16,87		10,44		55,91		349,14			
Итого за день			60,3	51,8	50,7	48,7	282,9	258,4	1760,5	1648,0		

Зав.Производством (повар)

Социальный педагог

Медицинский работник



Согласовано
 Директор ИВФУ СОШ

В. И. Девякин



МЕНЮ

День 7 на 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												
Каша овсяная	200	250	4,43	5,54	4,84	6,05	24,28	30,35	158,52	198,15	83,00	
Ватрушка с творогом или выпечка п/п	50	50	6,20	6,20	3,71	3,71	21,50	21,50	144,04	144,04		
Сыр (порциями)	10	20	2,32	4,64	2,95	5,90	0,00	0,00	36,40	72,80		
Чай с молоком	200	200	2,40	2,40	2,56	2,56	9,75	9,75	71,94	71,94		
Хлеб из муки пшеничной	60	60	4,50	4,50	1,74	1,74	30,84	30,84	157,20	157,20		
Итого за завтрак:	520	580	19,85	23,28	15,80	19,96	86,37	92,44	568,10	644,13		
Обед												
Салат из капусты с растительным маслом/Салат из	60	100	1,08	1,80	2,46	4,10	3,72	6,20	41,97	69,95	88,80 102,80	
Суп куриный	200	250	6,14	7,67	5,58	6,97	10,85	13,57	109,42	136,78		
Печень по-страгановски	90	100	13,43	14,92	9,25	10,27	3,80	4,22	165,11	183,46		
Изделия макаронные отв	150	180	5,84	7,00	6,87	8,24	37,07	44,49	233,55	280,26		
Компот из плодов сушен	200	200	0,48	0,48	0,04	0,04	14,83	14,83	60,72	60,72		
Хлеб из муки пшеничной	20	20	1,50	1,50	0,58	0,58	10,28	10,28	52,40	52,40		
Хлеб ржано-пшеничный												
Итого за обед:	760	890	30,71	35,61	25,22	30,64	100,31	113,35	755,97	876,37		
Полдник												
Яйцо вареное	50		5,08		4,60		0,28		63,00		55,00	
Горошек зеленый	60		1,55		0,10		3,25		20,10			
Кисломолочный напиток	200		5,80		5,00		8,00		100,00			
Хлеб из муки пшеничной	20		1,50		0,58		10,28		52,34			
Итого за полдник:	330		13,93		10,28		21,81		235,44			
Итого за день			64,5	58,9	51,3	50,6	208,5	205,8	1 559,5	1 520,5		

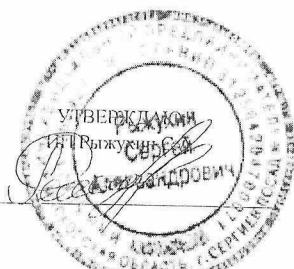
Зав.Производством (повар)

Социальный педагог

Медицинский работник



С.В. Девушкин



МЕНЮ

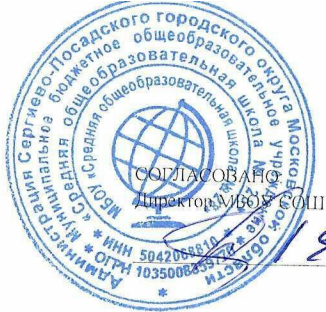
День 8 на 2025г

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												
Каша гречневая молочная	180	200	6,42	7,13	8,51	9,46	22,83	25,36	193,95	215,50		
Сыр (порциями)	10	20	2,32	4,64	2,95	5,90	0,00	0,00	36,40	72,80		
Фрукты свежие по сезонности	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00		
Кофейный напиток из цикория с молоком	200	200	3,90	3,90	3,84	3,84	13,67	13,67	104,53	104,53		
Хлеб из муки пшеничной	60	60	4,50	4,50	1,74	1,74	30,84	30,84	157,02	157,02		
Итого за завтрак:	550	580	17,54	20,57	17,44	21,34	77,14	79,67	539,08	597,03		
Обед												
Икра из кабачков	70	100	0,84	1,20	3,29	4,70	5,39	7,70	54,60	78,00	88,80	102,80
Борщ "Сибирский"	200	250	8,32	10,40	6,75	8,44	11,37	14,21	129,76	162,20		
Котлета рыбная	100	100	20,68	20,68	4,70	4,70	16,59	16,59	191,48	191,48		
Картофель отварной, запеченный со сливочным маслом	190	220	4,87	5,64	5,67	6,56	39,38	45,60	228,44	264,51		
Кисель вишневый	200	200	0,14	0,14	0,03	0,03	15,43	15,43	62,15	62,15		
Хлеб из муки пшеничной	60	40	4,50	3,00	1,74	1,16	30,84	20,56	157,20	104,80		
Хлеб ржано-пшеничный	40	60	2,24	3,36	0,44	0,66	19,76	29,64	92,80	139,20		
Итого за обед:	860	970	41,59	44,42	22,62	26,25	138,76	149,73	916,43	1002,34		
Полдник												
Салат из свеклы с зеленым горошком	100		1,64		4,12		7,29		72,9		55,00	
Кисель	200		0,43		0,12		38,62		157,60			
Хлеб из муки пшеничной	20		1,50		0,58		10,28		52,34			
Итого за полдник:	320		3,57		4,82		56,19		282,84			
Итого за день			62,70	64,99	44,88	47,59	272,09	229,40	1738,35	1599,37		

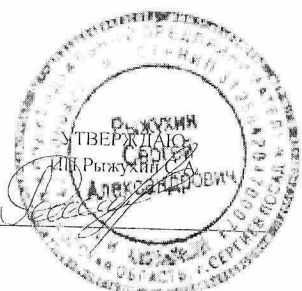
Зав.Производством (повар)

Социальный педагог

Медицинский работник



И.И. Давыдов



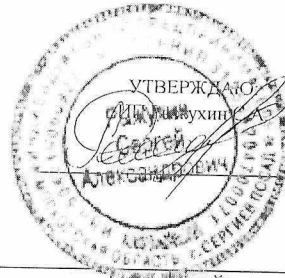
МЕНЮ
2025г

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												
Омлет	200	200	20,88	26,10	22,47	28,09	3,90	4,88	301,42	376,78	83,00	
Печенье		20		1,50		1,96		14,88		83,40		
Чай	200	200	0,00	0,00	0,00	0,00	5,99	5,99	23,94	23,94		
Булочка с изюмом или Выпечка п/п	50	50	4,43	4,43	3,77	3,77	26,53	26,53	157,70	157,70		
Хлеб из муки пшеничной	60	50	4,50	4,50	1,74	1,74	30,84	30,84	157,20	157,20		
Итого за завтрак:	510	520	29,81	36,53	27,98	35,56	67,27	83,13	640,26	799,02		
Обед												
Салат Мозайка	60	100	1,73	2,88	4,43	7,38	6,11	10,18	71,43	119,05	88,80	102,80
Уха Ростовская	200	250	5,90	7,37	4,50	5,62	14,69	18,36	123,11	153,89		
Плов куриный	240	280	19,28	22,50	24,10	28,11	46,92	54,74	463,92	541,24		
Напиток клубничный	200	200	0,01	0,01	0,04	0,04	12,83	12,83	51,48	51,48		
Хлеб из муки пшеничной	20	20	1,50	1,50	0,58	0,58	10,28	10,28	52,40	52,40		
Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,12	1,12	0,22	0,22	9,88	9,88	46,40	46,40		
Итого за обед:	#####	870	29,54	35,38	33,87	41,95	100,71	116,27	808,74	964,46		
Полдник												
Шарлотка с яблоками	100		3,71		4,7		39,6		209,8		55,00	
Чай	200		0,00		0,00		5,99		23,98			
Итого за полдник:	300		3,71		4,74		45,59		233,78			
Итого за день			63,1	71,9	66,6	77,5	213,6	199,4	1 682,8	1 763,5		

Зав.Производством (повар)
Социальный педагог
Медицинский работник



Handwritten signature and initials



МЕНЮ

День 10 на 2025г

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												
Каша овсяная	200	250	4,43	5,54	4,84	6,05	24,28	30,35	158,52	198,15	83,00	
Какао-напиток на молоке	200	200	3,97	3,97	3,80	3,80	9,10	9,10	87,52	87,52		
Сыр (порциями)	20	20	4,64	4,64	5,90	5,90	0,00	0,00	72,80	72,80		
Фрукты свежие по сезонности	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00		
Хлеб из муки пшеничной	40	60	3,00	4,50	1,16	1,74	20,56	30,84	104,80	157,20		
Итого за завтрак:	560	630	16,44	19,05	16,10	17,89	63,74	80,09	470,64	562,67		
Обед												
Салат из свеклы с маслом раст.	60	100	0,31	0,52	2,18	3,63	1,82	3,03	28,10	46,83	88,80 102,80	
Щи из свежей капусты	200	250	1,60	2,01	3,04	3,80	6,74	8,42	61,07	76,34		
Пельмени с маслом слив	240	280	22,89	26,7	36,59	42,69	48,86	57,01	510,24	595,28		
Сок фруктовый	200	200	2,00	2,00	0,20	0,20	20,20	20,20	92,00	92,00		
Хлеб из муки пшеничной	20	20	1,50	1,50	0,58	0,58	10,28	10,28	52,40	52,40		
Хлеб ржано-пшеничный	20	60	1,12	3,36	0,22	0,66	9,88	29,64	46,40	139,20		
Итого за обед:	740	910	29,42	36,09	42,81	51,56	97,78	128,58	790,21	1002,05		
Полдник												
Суп молочный	180		2,67		3,21		5,52		64,08		55,00	
Кисломолочный напиток	200		5,80		5,00		8,00		100,00			
Хлеб из муки пшеничной	20		1,50		0,58		10,28		52,34			
Итого за полдник:	400		9,97		8,79		23,80		216,42			
Итого за день			55,8	55,1	67,7	69,5	185,3	208,7	1477,3	1564,7		

Зав.Производством (повар)

Социальный педагог

Медицинский работник