

Утверждаю: Руководитель СП:

Боталова Е.Я.



Меню на «17» Ноября 2025 г

Наименование блюда	Пищевая ценность(гр)			Энергетическая ценность	Витамин С
	Б	Ж	У		
Завтрак:					
Макароны с сыром(200 г)	5,4	6,5	34,1	219,9	0,05
Чай с сахаром	-	-	14,0	53,36	-
Хлеб пшеничный	2,45	7,55	14,62	136	0
2 завтрак:					
Сок фруктовый	1,0	0,2	20,2	92	4
Обед:					
Суп гороховый на курином бульоне	9,62	8,84	25,28	16,85	14,9
Греча рассыпчатая	3,9	5,5	39,1	126,4	0,04
Курица в соусе с томатом	16,11	22,05	44,99	428,92	1,91
Компот из сухофруктов	0,48	-	23,2	89,57	0,3
Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,6	117,5	-
Полдник:					
Вафли	6,0	7,84	59,52	157,5	-
Чай с лимоном	0,09	0,01	14,3	55,66	4
Итого за день:	48,85	58,89	313,91	1493,66	25,20

Утверждаю: Руководитель СП

Боталова Е. Л.



Меню на «18» Ноября 2025 г

Наименование блюда	Пищевая ценность (гр)			Энергет. ценность	Витамин С
	Б	Ж	У		
Завтрак:					
Каша гречневая молочная	7,0	10,44	25,77	224,28	1,54
Какао с молоком	4,35	4,88	17,23	126,43	1,5
Хлеб с сыром	6,7	9,5	9,9	153	0,1
2 завтрак:					
Яблоки	1,5	0,5	21	95	10
Обед:					
Салат из св огурцов на рас масле	0,4	5,1	1,0	51	2,5
Щи из св капусты со сметаной	6,85	11,35	18,28	196,16	37,95
Котлета говяжья	16,11	22,05	44,99	428,92	1,91
Соус томатный					
Макароны отварные	4,43	7,29	40,57	245,52	-
Чай с сахаром	-	-	14,0	52,36	-
Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,6	117,5	-
Полдник:					
Пирожки с повидлом	3,75	6,89	31,12	160,2	-
Компот из св фруктов	0,18	0,15	36,65	67,76	3,96
Итого за день	55,07	78,55	285,11	1918,13	59,46

Утверждаю: Руководитель СП

Боталова Е.Л.



Меню на «19» Ноября 2025

Наименование блюда	Пищевая ценность (гр)			Энергетическая ценность	Витамин С
Завтрак:					
Каша «Дружба» молочная	6,23	10,2	27,28	224,98	1,54
Кофейный напиток с молоком	4,31	4,8	20,53	181,76	1,5
Хлеб с маслом	2,45	7,55	14,62	136	-
2 завтрак:					
Сок фруктовый	1,0	0,2	20,2	92	4
Обед:					
Салат из огурцов и помидор	0,57	4,03	2,46	48,12	6,32
Суп картофельный с макарон изделиями	2,5	5,8	18,98	137,82	5,1
Рыба в сметанном соусе	10,74	5,72	48,58	121,6	1,98
Пюре картофельное	3,5	6,4	22,2	158,3	24,3
Чай с сахаром	-	-	14,0	52,36	-
Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,6	117,5	-
Полдник:					
Бананы	1,5	0,5	21	95	10
Печенье	6,0	7,84	59,52	333,6	-
Чай с сахаром	-	-	14,0	52,36	-
Итого за день	42,60	53,44	307,97	1751,40	54,74

Боталова Е.А.

Меню «20» Ноября 2025 г.

Наименование блюда	Пищевая ценность(гр)			Энергет. ценность	Витамин С
	Б	Ж	У		
Завтрак:					
Каша манная молочная	6,3	9,98	24,69	212,44	1,54
Чай с молоком	2,8	3,2	14,7	95,4	1,0
Хлеб с сыром	6,7	9,5	9,9	153	0,1
2 завтрак:					
Йогурт питьевой	10	6,4	17,0	174	1,2
Обед:					
Салат из св капусты и моркови на рас масле	1,6	10,1	9,6	136	27,8
Суп картофельный с рыбными консервами	9,22	7,22	16,05	166,25	7,9
Голень куриная запеченная	14,31	10,8	0,64	155,79	22,8
Рис отварной	4,42	7,29	40,57	245,52	0,63
Компот из сухофруктов	0,48	-	23,2	89,57	0,3
Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,6	117,5	-
Полдник:					
Пряники	5,9	4,7	75	336	-
Чай с сахаром	-	-	14,0	52,36	-
Итого за день:	65,53	69,59	269,95	1933,83	63,27

Утверждаю: Руководитель СП

Боталова Е.Л.



Меню на «21» Ноября 2025 г

Наименование блюда	Пищевая ценность(гр)			Энергет. ценность	Витамин С
	Б	Ж	У		
Завтрак:					
Каша рисовая молочная	5,78	10,0	27,73	223,18	1,54
Какао с молоком	4,35	4,88	17,23	126,43	1,5
Хлеб с маслом	6,7	9,5	9,9	184,99	0,1
2 завтрак:					
Сок фруктовый	1,0	0,2	20,2	92	4
Обед:					
Рассольник ленинградский	5,99	10,2	19,02	189,47	15,75
Пюре гороховое с маслом	19,5	2,9	38,8	287,0	-
Тефтели из говядины паровые	13,8	12,7	8,7	204,0	2,5
Чай с сахаром	-	-	14,0	52,36	-
Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,6	117,5	-
Полдник:					
Груша	0,4	0,3	10,3	46,0	5
Печенье	6,0	7,84	59,52	333,6	-
Компот из св фруктов	0,18	0,15	36,65	67,76	3,96
Итого за день	67,50	59,07	286,65	1924,29	34,35