

Утверждено: Руководитель ЦО

Е.Л.Боталова



Меню на «05» Мая 2025 г.

Наименование блюда	Пищевая ценность (гр.)			Энергетическая ценность	Витамин С
	Б	Ж	У		
<u>1 Завтрак</u>					
Макароны с сыром (200 г.)	5,4	6,5	34,1	219,9	0,05
Чай с молоком (200 г)	2,8	3,2	14,7	95,4	1,0
Хлеб (40/10)	2,45	7,55	14,62	136	0
<u>2 завтрак</u>					
Сок	1,5	0,5	21	96	10
<u>Обед</u>					
Салат из св огурцов и консерв горошка на масле	0,7	10,1	2,0	102	5
Борщ со сметаной (200/10)	6,06	10,18	17,35	183,40	29,03
Рис отварной рассыпчатый (150)	4,42	7,29	40,57	245,52	0,63
С гуляшом из куриного мяса в томатном соусе (60/20)	16,11	22,05	44,99	428,92	1,91
Компот из сухофруктов	0,48	-	23,2	89,57	0,3
Хлеб пшеничный (40 г.)	3,8	0,4	24,6	117,5	-
<u>Полдник</u>					
Вафли	6,0	7,84	59,52	157,5	-
Чай с лимоном	0,09	0,01	14,3	55,66	4
Итого за день:	49,81	75,62	310,95	1927,37	51,92

Утверждаю: Руководитель С/П



Меню на «06» Мая 2025 г.

Наименование блюда	Пищевая ценность (гр.)			Энергет. ценность	Витамин С
	Б	Ж	У		
<u>1 Завтрак</u>					
Каша ячневая на молоке (200 г.)	5,27	8,51	11,66	192,76	1,54
Кофейный напиток (200 г)	4,31	4,8	20,53	140,16	1,5
Хлеб с маслом(40/10)	6,7	9,5	9,9	184,99	0,1
<u>2 завтрак</u>					
Йогурт питьевой	10	6,4	17	174	1,2
<u>Обед</u>					
Суп из рыбной консервы с крупой(250 г)	16,11	14,05	40,89	359,42	0,14
Биточки говяжьи	12,3	11,3	3,4	165,4	0,2
с макаронами отварными	4,43	7,29	40,57	245,52	-
Соус томатный	10,8	37,3	69,4	656	15,6
Чай с сахаром (200 г.)	-	-	14,0	52,36	-
Хлеб пшеничный (40 г.)	3,8	0,4	24,6	117,5	0,3
<u>Полдник.</u>					
<u>Пирожки с яблоками</u>	3,75	6,89	31,12	160,2	-
<u>Компот из св фруктов</u>	0,18	0,15	36,65	67,76	3,96
<u>Итого за день:</u>	77,65	106,59	319,72	2516,07	24,54

Утверждаю: Руководитель СРР

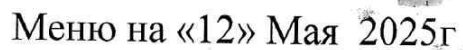
Боталова Т.Л.



Меню на «07» мая 2025 г.

Наименование блюда	Пищевая ценность (гр.)			Энергетическая ценность	Витамин С
	Б	Ж	У		
1 Завтрак					
Каша пшенная на молоке(200 г.)	11	10,53	28,74	237,58	1,54
Какао с молоком	4,35	4,88	17,3	126,43	1,5
Хлеб с сыром	6,7	9,5	9,9	153	0,1
2 завтрак					
Апельсины	1,4	0,2	26,4	120	8
Обед:					
Салат из св капусты и помидор на рас масле	1,6	10,1	9,6	136	27,8
Рассольник домашний со сметаной	5,99	10,2	19,02	189,47	15,75
Рис отварной	6,78	0,81	34,85	173,88	0,018
Колбаса отварная	16,11	22,05	44,99	428,92	1,91
Чай с сахаром	-	-	14,0	52,36	-
Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,6	117,5	-
Полдник:					
Печенье	6,0	7,84	59,52	333,6	-
Конфеты	96	-	-	380	-
Чай с сахаром	-	-	14,0	52,36	-
Итого:	153,79	76,51	302,92	2501,1	56,618

Боталова Е.Е.



Наименование блюда	Пищевая ценность (гр.)			Энергетическая ценность	Витамин С
	Б	Ж	У		
<u>1 Завтрак</u> Макароны с сыром (200 г.)	5,4	6,5	34,1	219,9	0,05
Чай с сахаром	-	-	14,0	52,36	-
Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,6	117,5	-
<u>2 завтрак</u> Сок яблочный	1,0	0,2	20,2	92	4
<u>Обед</u> Суп гороховый с гренками Греча рассыпчатая Гуляш из куриного мяса в том соусе Компот из кураги и чернослива Хлеб пшеничный (40 г.)	9,62 3,9 16,11 0,48 3,8	8,84 5,5 22,05 - 0,4	25,28 39,1 44,99 23,2 24,6	216,85 126,4 428,92 89,57 117,5	14,9 0,04 1,91 0,3 -
<u>Полдник</u> <u>Пряники</u> <u>Чай с лимоном</u>	6,0 0,09	7,84 0,01	59,52 14,3	157,5 55,66	- 4
Итого за день:	50,20	51,74	323,89	1674,16	25,2

Утверждаю: Руководитель СП

Боталова Л



Меню на «13» Мая 2025 г

Наименование блюда	Пищевая ценность (гр.)			Энергетическая ценность	Витамин С
	Б	Ж	У		
1 Завтрак					
Каша гречневая на молоке	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	3,8	0,4	24,6	117,5	-
2 завтрак					
Сок	1,0	0,2	20,2	92	4
Обед					
Щи из св капусты со сметаной	9,62	8,84	25,28	216,85	14,9
Макаронные отварные с котлетой из говядины с подливом	4,43	7,29	40,57	245,52	0,018
Чай	16,11	22,05	44,99	428,92	1,91
Хлеб пшеничный	-	-	14,00	52,36	-
	3,8	0,4	24,6	117,5	-
Полдник					
Печенье	6,0	7,84	59,52	333,6	-
Яблоки	1,5	0,5	21	95	10
Кисель	1,5	0,5	31	95	10
Итого за день:	59,11	63,34	348,76	2144,96	43,868

Утверждаю: Руководитель С.Н.

Боталова Е.Л.



Меню на «14» мая 2025 г.

Наименование блюда	Пищевая ценность (гр.)			Энергет. ценность	Витамин С
	Б	Ж	У		
<u>1 Завтрак</u> Каша «Дружба» на молоке (200 г.)	6,23	10,2	27,28	224,98	1,54
Кофейный напиток на молоке (200 г.)	4,31	4,8	20,53	181,76	1,5
Хлеб с маслом (40/10)	2,45	7,55	14,62	136	0
<u>2 завтрак:</u> Сок фруктовый	1,0	0,2	20,2	92	4
<u>Обед</u> Салат из св капусты и моркови на рас масле	1,6	10,1	9,6	136	27,8
Суп картофельный с макарон. изделиями	2,5	5,8	18,98	137,82	5,1
Пюре картофельное	3,5	6,4	22,2	158,3	24,3
Рыба запеченная в сметан. соусе	10,74	5,72	48,58	121,6	1,98
Чай с сахаром	-	-	14,0	52,36	-
Хлеб пшеничный (40 г.)	3,8	0,4	24,6	117,5	-
<u>Полдник:</u> Шанежка наливная	3,8	3,4	23,2	139	-
Чай с сахаром	-	-	14,0	52,36	-
Итого за день:	39,93	54,57	257,79	1549,68	66,22

Утверждаю: Руководитель СП

Е.Л. Боталова



Меню на «15» мая 2025 г

Наименование блюда	Пищевая ценность (гр.)			Энергетическая ценность	Витамин С
	Б	Ж	У		
1 Завтрак					
Каша манная на молоке (200 г.)	6,3	9,98	24,69	212,44	1,54
Чай с молоком (200 г)	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					
<u>Салат из огурцов и помидор на рас масле</u>	0,57	4,03	2,46	48,12	6,32
Суп с рыбными консервами с крупой (250 г.)	9,22	7,22	16,05	166,25	7,9
Суфле куриное	20,68	24,93	8,88	319,24	0,4
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 (40 г.)	3,8	0,4	24,6	117,5	-
Полдник					
Яйцо отварное	12,75	11,5	0,75	157,5	-
Печенье	6,0	7,84	59,52	333,6	-
Чай с сахаром	-	-	14,0	52,36	-
Итого за день:	83,72	92,23	256,32	2164,5	19,39

датель СЯ *Боталова*
Боталова для документов

ДОКУМЕНТОВ

Меню на «16» Мая 2025 г.

Наименование блюда	Пищевая ценность (гр.)			Энергет. ценность	Витамин С
	Б	Ж	У		
<u>1 Завтрак</u>					
Каша рисовая на молоке (200 г.)	5,78	10,0	27,73	223,18	1,54
Какао с молоком (200 г)	4,35	4,88	17,23	126,43	1,5
Хлеб с с маслом (40/10)	6,7	9,5	9,9	184,99	0,1
<u>2 завтрак</u>					
<u>Апельсины</u>	1,4	0,2	26,4	120	8
<u>Обед</u>					
Рассольник со сметаной (250 г.)	5,99	10,2	19,02	189,47	15,75
Пюре гороховое	13,8	5,58	34,26	238,7	0,04
Тефтели из говядины в томатном соусе	16,11	14,05	40,89	359,42	0,14
Чай с сахаром	-	-	14,0	52,36	-
Хлеб пшеничный (40 г.)	3,8	0,4	24,6	117,5	-
<u>Полдник</u>					
<u>Вафли</u>	6,0	7,84	59,52	157,5	-
<u>Компот из св фруктов</u>	0,18	0,15	36,65	67,76	3,96
<u>Итого за день:</u>	64,11	62,8	310,2	1837,31	31,03