

Утверждаю: Руководитель СП:
Боталова Е.Л.



Меню на 10 февраля 2025 г.

Наименование блюда	Пищевая ценность (гр.)			Энергет. 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	2,45	7,55	14,62	136	0
<u>2 завтрак</u>					
Сок яблочный (200 г.)	1,0	0,2	20,2	92	4
<u>Обед</u>					
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 кураги с черносливом. (200 г.)	0,48	-	23,2	89,57	0,3
Хлеб пшеничный (40 г.)	3,8	0,4	24,6	117,5	-
<u>Полдник</u>					
Пряники	5,9	4,7	75	336	-
Чай с лимоном	0,09	0,01	14,3	55,66	4
Итого за день:	48,51	62,08	310,63	1999,87	40,92

Утверждаю: Руководитель С/П

Боталова Е.И.



Меню на «11» Февраля 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)	2,45	7,55	14,62	136	0
<u>2 завтрак:</u>					
<u>Сок</u>	1,0	0,2	20,2	92	4
<u>Обед:</u>					
Салат из св огурцов и помидор на рас . масле	0,57	4,03	2,46	48,12	6,32
Суп из рыбн. консервы с крупой (250 г.)	9,22	7,22	16,05	166,25	7,9
Суфле куриное (90 г.)	20,68	24,93	8,88	319,24	0,4
с макаронами отварными (120 г.)	4,43	7,29	40,57	245,52	-
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>					
Печенье	6,0	7,84	59,52	333,6	-
Бананы	1,5	0,5	21	95	10
Кисель ф/я	1,5	0,5	31	95	10
Итого за день:	60,73	73,77	285,09	2033,51	41,96

Утверждаю: Руководитель СП

Боталова Е.Е.



Меню на «12» февраля 2025 года

Наименование блюда	Пищевая ценность (гр.)			Энергет. ценность	Витамин С
	Б	Ж	У		
<u>1 Завтрак</u>					
Каша рисовая на молоке	5,78	10,0	27,73	223,18	1,54
Какао на молоке	4,35	4,88	17,23	126,43	1,5
Хлеб с сыром	6,7	9,5	9,9	153	0,1
<u>2 завтрак</u>					
Сок	1,0	0,2	20,2	92	4
<u>Обед</u>					
Суп крестьянский с крупой со сметаной	1,6	4,08	11,64	90	7,96
Биточки из говядины с том соусом	12,3	11,3	3,4	165,4	0,2
Греча отварная	7,6	6,8	37,3	245,9	0,05
Компот из сухофруктов	0,48	-	23,2	89,57	0,3
Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,6	117,5	-
<u>Полдник</u>					
Шанежка наливная	0,4	0,3	10,3	46,0	5
Чай с сахаром	-	-	14,0	52,36	-
Итого за день:	44,01	47,46	199,5	1401,34	20,65

Утверждаю: Руководитель

Боталова Н.П.



Меню на 13 февраля 2025 г.

Наименование блюда	Пищевая ценность (гр.)			Энергет. ценность	Витамин С
	Б	Ж	У		
<u>1 Завтрак</u> Каша манная на молоке (200 гр.)	6,3	9,98	24,69	212,44	1,54
Чай с молоком (200 гр.)	2,8	3,2	14,7	95,4	1,0
Хлеб с маслом (40 гр.)	6,7	9,5	9,9	184,99	0,1
<u>2 завтрак</u> Йогурт питьевой	10	6,4	17,0	174	1,2
<u>Обед</u> Салат из св капусты и моркови на рас масле	1,6	10,1	9,6	136	27,8
Щи из св капусты со сметаной	6,85	11,35	18,28	196,16	37,95
Пюре картофельное	3,5	6,4	22,2	158,3	24,3
Котлета рыбная	10,36	1,93	6,79	85,93	-
Чай с сахаром	-	-	14,0	52,36	-
Хлеб пшеничный	3,8	0,4	24,6	117,5	-
<u>Полдник</u> Апельсины	1,4	0,2	26,4	120	8
Печенье	6,0	7,84	59,52	333,6	-
Компот из свежих фруктов	0,18	0,15	36,65	67,76	10
Итого за день:	59,49	67,45	284,33	1934,44	111,89

Утверждаю: Руководитель СП: *Боталова Е.Д.*

Боталова Е.Д. для документов



Меню на «14» февраля 2025г

Наименование блюда	Пищевая ценность (гр.)			Энергет. ценность	Витамин С
	Б	Ж	У		
<u>1 Завтрак</u>					
Каша пшенная на молоке(200 г.)	7,11	10,53	28,74	237,58	1,54
Кофейный напиток на молоке (200 г)	4,31	4,8	20,53	181,76	1,5
Хлеб с сыром (40/10)	6,7	9,5	9,9	184,99	0,1
<u>2 завтрак</u>					
Сок фруктовый (200 г.)	1,4	0,2	26,4	120	8
<u>Обед</u>					
Рассольник домашний со сметаной (200 г.)	5,99	10,2	19,02	189,47	15,75
Рис рассыпчатый (150)	6,78	0,81	34,85	173,88	0,018
с колбасой отварной (60 г.)	16,11	22,05	44,99	428,92	1,91
Чай с сахаром (200 г.)	-	-	14	52,36	-
Хлеб пшеничный (40 г.)	3,8	0,4	24,6	117,5	-
<u>Полдник</u>					
Сырники со сгущ молоком	17,8	14,2	29,77	313,67	-
Чай с сахаром	-	-	14,0	52,36	-
Итого за день:	70,0	72,69	266,8	2052,49	28,818