



## МЕНЮ

Возрастная категория: дети 12 - 18 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц \_\_\_\_\_ число \_\_\_\_\_ 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>ДЕНЬ 1</b>	Омлет натуральный/горошек зеленый	100/100	11,3	12,3	8,1	188,0	232/22	36,19 Р
<b>ЗАВТРАК</b>	Какао с молоком	200	4,1	3,3	14,3	102,3	268	10,36 Р
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	Пром	1,76 Р
	Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	51,2	Пром	2,38 Р
	Кондитерское изделие (печенье)	30	2,3	2,9	22,3	125,1	Пром	25,00 Р
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44,4	338	8,00 Р
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>590</b>	<b>22,4</b>	<b>19,5</b>	<b>79,3</b>	<b>581,3</b>		<b>83,69 Р</b>
<b>ОБЕД</b>	Борщ Сибирский	250	12,4	10,3	14,5	197,1	88	17,17 Р
	Картофель в молоке	180	3,9	3,9	21,4	136,2	161	15,67 Р
	Биточек из курицы	100	10,4	10,3	10,7	176,5	309/363	54,42 Р
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0,6	0,4	33	136	386	15,00 Р
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	Пром	2,94 Р
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром	2,38 Р
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44,4	338	8,00 Р
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>910</b>	<b>33,5</b>	<b>26,1</b>	<b>124</b>	<b>858,6</b>		<b>115,58 Р</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	Рыба тушеная с овощами	120	14,1	6	5,3	132,1	254	50,82 Р
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,7	54-3гн	5,45 Р
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	Пром	1,76 Р
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>350</b>	<b>16,7</b>	<b>6,2</b>	<b>26,8</b>	<b>230,1</b>		<b>58,03 Р</b>

Зав. производством

*К. Консеева Е. Н.*



## МЕНЮ

Возрастная категория: дети 12 - 18 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц \_\_\_\_\_ число \_\_\_\_\_ 2023 года

Прим. пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>ДЕНЬ 2</b>	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7	15	9,81 Р
<b>ЗАВТРАК</b>	Запеканка из творога с морковью с соусом	200	18,1	14,8	38,9	360	15	69,68 Р
	Кофейный напиток на молоке	200	3,2	2,5	13,7	89	268	8,36 Р
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	Пром	1,76 Р
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром	2,38 Р
	Фрукты свежие ( груша )	100	0,4	0,3	10,3	45,5	338	8,00 Р
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>575</b>	<b>29,5</b>	<b>22,6</b>	<b>87,7</b>	<b>669,7</b>		<b>99,99 Р</b>
<b>ОБЕД</b>	Салат из свеклы с сыром	100	3,4	12,7	6,7	154,3	84	17,50 Р
	Суп-лапша домашняя	250	5,3	6,3	13	130	113	15,63 Р
	Каша вязкая с морковью	180	3	3,8	28,8	161,6	178	12,63 Р
	Биточки рыбные (минтай)	120	15,5	4,8	18,6	178,6	234/363	70,27 Р
	Компот из яблок с лимоном	200	0,3	0,2	11,1	46,2	54-34хн	5,06 Р
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	Пром	2,94 Р
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	68,3	Пром	3,18 Р
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>940</b>	<b>33,9</b>	<b>28,7</b>	<b>116,2</b>	<b>856,2</b>		<b>127,21 Р</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,3	3	0	35,8	15	6,54 Р
	Суп молочный с макаронными изделиями	250	6,8	5,7	22,5	168,6	54-19к	33,53 Р
	Чай с сахаром (вариант 2)	200	0,1	0	5,7	23,6	54-45гн	3,23 Р
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	Пром	1,76 Р
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>490</b>	<b>11,5</b>	<b>8,9</b>	<b>43</b>	<b>298,3</b>		<b>45,06 Р</b>

Зав.производством

*Колесова С.Н.*





## МЕНЮ

Возрастная категория: дети 12 - 18 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц \_\_\_\_\_ число \_\_\_\_\_ 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
ДЕНЬ 3	Огурец в нарезке	100	0,8	0,1	2,5	14,1	70	8,15 Р
ЗАВТРАК	Картофель в молоке	180	3,9	3,9	21,4	136,2	161	16,00 Р
	Сердце в соусе	100	12,7	8,7	4,8	149,3	262/330	59,20 Р
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0,6	0,4	33	136	386	15,00 Р
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	Пром	1,76 Р
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром	2,38 Р
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		640	22,3	13,7	86,5	557,1		102,49 Р
ОБЕД	Суп куриный	250	4,3	4,4	10,9	99,9	152	15,12 Р
	Рагу из овощей	180	2,7	6,9	15,6	135,7	187	23,34 Р
	Рулет с яйцом	100	14,7	13	8,8	206,6	276	74,49 Р
	Напиток витаминный	200	0,5	0,2	26,8	82,2	473	6,80 Р
	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	Пром	2,35 Р
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	68,3	Пром	3,18 Р
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44,4	338	8,00 Р
ИТОГО ЗА ОБЕД		910	28,2	25,7	105	730,9		133,28 Р
ПОЛДНИК	Голубцы ленивые	100	8,4	7,6	7,4	128,4	54-3М	43,53 Р
	Какао с молоком	200	3,2	2,5	12,8	85,4	268	10,36 Р
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	Пром	1,76 Р
	Фрукты свежие (груша)	100	0,4	0,3	10,3	45,5	338	8,00 Р
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		430	14,3	10,6	45,3	329,6		63,65 Р

Зав. производством

*И. Комисова С.И.*



## МЕНЮ

Возрастная категория: дети 12 - 18 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц \_\_\_\_\_ число \_\_\_\_\_ 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
ДЕНЬ 4	Помидор в нарезке	100	1,1	0,2	3,8	21,4	39	8,22 Р
ЗАВТРАК	Каша вязкая с морковью	180	3	3,8	28,8	161,6	178	13,20 Р
	Бигочек из курицы	120	12,3	12,5	12,9	211,7	309/363	69,57 Р
	Чай с сахаром (вариант 2)	200	0,1	0	5,7	23,6	54-45гн	3,23 Р
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	Пром	1,76 Р
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	Пром	1,59 Р
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		650	20,1	16,9	72,7	522,8		97,57 Р
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты с яблоками	100	1,3	4,5	11	89,7	46	13,08 Р
	Солянка	250	6,4	7,4	4,6	109,1	124	25,25 Р
	Макаронные отварные с сыром	200	10,7	10,2	36,1	279	204	16,40 Р
	Гуляш из говядины	100	14,5	12,9	4,4	185,5	282	67,13 Р
	Кисель фруктовый	200	0,2	0,1	37,4	149,8	428	8,00 Р
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	Пром	1,76 Р
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром	2,38 Р
ИТОГО ЗА ОБЕД		910	37,4	35,7	118,3	934,6		134,00 Р
ПОЛДНИК	Пудинг рисовый с творогом и сгущенным молоком	200	11,5	8,6	37,4	272,7	119	53,51 Р
	Кисломолочный продукт (кефир)	200	5,8	5	8	100,2	Пром	16,00 Р
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром	2,38 Р
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		430	19,3	14	55,4	424,1		71,89 Р

Зав. производством

*Кенжевалова С.М.*





## МЕНЮ

Возрастная категория: дети 12 - 18 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц \_\_\_\_\_ число \_\_\_\_\_ 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
ДЕНЬ 5	Салат из свеклы с курагой и изюмом	100	1,8	5,4	16,6	122,4	54-14з	13,43 Р
ЗАВТРАК	Картофельное пюре	180	3,8	6,4	23,8	167,4	54-11г	18,28 Р
	Котлеты рыбные (минтай)	120	12,6	4,1	15,8	149,5	234/363	72,87 Р
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,7	54-3гн	5,45 Р
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	Пром	1,17 Р
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	Пром	1,59 Р
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		640	21,3	16,3	79,4	548,1		112,79 Р
ОБЕД	Салат из свеклы с яблоками	100	1	5,5	10,6	95,2	54	13,08 Р
	Суп кудрявый	250	6,9	8,7	4,6	123,9	120	11,24 Р
	Каша вязкая (гречка)	180	4,9	5	21,9	151,3	303	16,14 Р
	Зразы "Школьные"	100	14,8	17,3	14,8	269,5	96	64,98 Р
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0,6	0,4	33	136	386	15,00 Р
	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	Пром	2,35 Р
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром	2,38 Р
ИТОГО ЗА ОБЕД		900	33,2	37,6	114,6	920,9		125,17 Р
ПОЛДНИК	Рагу из овощей	180	2,7	6,9	15,6	135,7	187	9,89 Р
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0,6	0,4	33	136	386	15,00 Р
	Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	51,2	Пром	2,38 Р
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		410	5,3	7,7	58,6	322,9		27,27 Р

Зав. производством *Колесова С.Н.*



## МЕНЮ

Возрастная категория: дети 12 - 18 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц \_\_\_\_\_ число \_\_\_\_\_ 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
ДЕНЬ 6	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7	15	9,81 Р
ЗАВТРАК	Пудинг рисовый с творогом и сгущенным молоком	200	11,5	8,6	37,4	272,7	199	55,28 Р
	Кофейный напиток на молоке	200	3,2	2,5	13,7	89	268	8,36 Р
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	Пром	1,17 Р
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	Пром	1,59 Р
	Фрукты свежие (груша)	100	0,4	0,3	10,3	45,5	338	8,00 Р
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		555	21,4	16,2	77,9	542,0		84,21 Р
ОБЕД	Щи из свежей капусты со сметаной	250	2	4	6,7	69,8	87	18,17 Р
	Картофельное пюре	180	3,8	6,4	23,8	167,4	54-11г	18,28 Р
	Биточки рыбные (треска)	110	14,4	4,2	17,1	162,2	234/363	61,37 Р
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	80,7	54-1хн	6,69 Р
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	Пром	2,94 Р
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	68,3	Пром	3,18 Р
	Кондитерское изделие (печенье)	50	3,8	4,9	37,2	208,5	Пром	25,25 Р
ИТОГО ЗА ОБЕД		880	30,9	20,4	142,6	874,1		135,88 Р
ПОЛДНИК	Голубцы ленивые	100	8,4	7,6	7,4	128,4	54-3м	43,53 Р
	Чай с сахаром (вариант 2)	200	0,1	0	5,7	23,6	54-45гн	3,23 Р
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	Пром	1,76 Р
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44,4	338	8,00 Р
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		430	11,2	8,2	37,7	266,7		56,52 Р

Зав. производством *Колесова Е.Н.*





## МЕНЮ

Возрастная категория: дети 12 - 18 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц \_\_\_\_\_ число \_\_\_\_\_ 2023 года

Приним пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
ДЕНЬ 7	Салат из моркови с яблоками	100	0,9	10,2	7,1	123,8	54-11з	8,56 Р
ЗАВТРАК	Каша вязкая (рисовая)	180	2,6	4,2	27	156,3	303	12,36 Р
	Рыба тушеная с овощами	120	14,1	6	5,3	132,1	254	50,82 Р
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,7	54-3гн	5,45 Р
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	Пром.	1,76 Р
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	Пром.	1,59 Р
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		650	21,5	20,8	67,6	544,4		80,54 Р
ОБЕД	Суп-лапша домашняя	250	5,3	6,3	13	130	113	15,62 Р
	Рагу из овощей	180	2,7	6,9	15,6	135,7	187	17,34 Р
	Рулет с яйцом	100	14,7	13	8,8	206,6	276	74,49 Р
	Напиток из плодов шиповника	200	0,6	0,2	35,8	111,7	388	9,97 Р
	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	Пром.	2,35 Р
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром.	2,38 Р
	Фрукты свежие (груша)	100	0,4	0,3	10,3	45,5	338	8,00 Р
ИТОГО ЗА ОБЕД		900	28,7	27,4	113,2	774,5		130,15 Р
ПОЛДНИК	Курица в сырном соусе	120	11,2	13	19,5	238,5	322	54,37 Р
	Чай с сахаром (вариант 2)	180	0,1	0	5,1	21,2	54-45гн	2,18 Р
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	Пром.	1,76 Р
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44,4	338	8,00 Р
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		430	14	13,6	49,2	374,4		66,31 Р

Зав. производством *В. Комарова С.Н.*



## МЕНЮ

Возрастная категория: дети 12 - 18 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц \_\_\_\_\_ число \_\_\_\_\_ 2023 года

Прем пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
ДЕНЬ 8	Салат из свеклы с курагой и изюмом	100	1,8	5,4	16,6	122,4	54-14з	13,43 Р
ЗАВТРАК	Макаронны отварные с овощами	180	5,7	7,4	32	217,1	54-2г	12,42 Р
	Биточки паровые	100	15	13,6	11,5	221,7	281	64,29 Р
	Чай с сахаром (вариант 2)	200	0,1	0	5,7	23,6	54-45гн	3,23 Р
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	Пром	1,76 Р
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	Пром	1,59 Р
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		630	26,2	26,8	87,3	689,3		96,72 Р
ОБЕД	Салат из отварной моркови с сыром	100	3,2	12,7	5,1	146,8	69	13,56 Р
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	2	4	12,1	91,6	82	15,43 Р
	Каша вязкая (рисовая)	180	2,6	4,2	27	156,3	303	10,84 Р
	Биточки рыбные (минтай)	120	15,5	4,8	18,6	178,6	234/363	70,27 Р
	Компот из яблок с лимоном	200	0,3	0,2	11,1	46,2	54-34хн	5,24 Р
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	Пром	2,94 Р
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	68,3	Пром	3,18 Р
ИТОГО ЗА ОБЕД		940	30	26,8	111,9	805		121,46 Р
ПОЛДНИК	Суп молочный с крупой	250	4,4	4,2	17,9	126,4	121	22,26 Р
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0,0	6,7	27,7	54-3гн	5,45 Р
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	Пром	1,76 Р
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		480	7	4,4	39,4	224,4		29,47 Р

Зав. производством

*Колесникова С.Н.*





## МЕНЮ

Возрастная категория: дети 12 - 18 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц \_\_\_\_\_ число \_\_\_\_\_ 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
ДЕНЬ 9	Рагу из овощей	180	2,7	6,9	15,6	135,7	187	23,34 Р
ЗАВТРАК	Биточек из курицы	100	10,4	10,3	10,7	176,5	309/363	54,42 Р
	Чай с сахаром (вариант 2)	200	0,1	0	5,7	23,6	54-45гн	3,23 Р
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	Пром	1,17 Р
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	Пром	1,59 Р
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44,4	338	8,00 Р
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		620	16,4	18	58,3	461,3		91,75 Р
ОБЕД	Суп куриный	250	4,3	4,4	10,9	99,9	152	15,12 Р
	Каша вязкая (пшеничная)	180	4,3	5	24,3	159,5	303	15,67 Р
	Сердце в соусе	100	12,7	8,7	4,8	149,4	262/330	59,20 Р
	Компот из плодов свежих	200	0,2	0,1	19,7	78,9	452	5,06 Р
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	Пром	2,94 Р
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	68,3	Пром	3,18 Р
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44,4	338	8,00 Р
ИТОГО ЗА ОБЕД		920	28,3	19,5	107,5	717,6		109,17 Р
ПОЛДНИК	Котлеты картофельные с творогом	180	10,3	6,1	32,6	226	149	29,42 Р
	Кисломолочный продукт (снежок)	180	4,9	4,5	19,4	137,7	Пром	14,40 Р
	Хлеб ржаной	30	2,3	0,2	14,8	70,3	Пром	2,38 Р
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		390	17,5	10,8	66,8	434		46,20 Р

Зав. производством

*Кемелева С.Н.*



## МЕНЮ

Возрастная категория: дети 12 - 18 лет, ОВЗ и инвалиды

Месяц \_\_\_\_\_ число \_\_\_\_\_ 2023 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры	Стоимость
			Белки	Жиры	Углеводы			
ДЕНЬ 10	Картофель в молоке	180	3,9	3,9	21,4	136,2	161	13,20 Р
ЗАВТРАК	Котлеты из говядины	110	17,7	16,6	18,9	286,4	268	62,02 Р
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0,6	0,4	33	136	386	20,00 Р
	Кондитерское изделие (печенье)	30	2,3	2,9	22,3	125,1	Пром	25,00 Р
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	Пром	1,76 Р
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром	2,38 Р
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		580	28,8	24,4	120,4	805,2		124,36 Р
ОБЕД	Щи по-уральски (с крупой)	250	1,8	3,3	8,4	70,6	93	16,55 Р
	Рагу из мяса птицы (курица)	280	21,8	26,5	27,3	432,6	334	92,35 Р
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0,6	0,4	33,0	136,0	386	15,00 Р
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	Пром	2,94 Р
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	68,3	Пром	3,18 Р
ИТОГО ЗА ОБЕД		820	30,6	31,1	106,7	824,7		130,02 Р
ПОЛДНИК	Омлет натуральный/горошек зеленый	80/100	9,5	10	7,7	157,9	232/22	57,65 Р
	Кисломолочный продукт (ряженка)	200	5,8	5	8,4	101,8	Пром	16,00 Р
	Хлеб ржаной	30	2,3	0,2	14,8	70,3	Пром	2,38 Р
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		410	17,6	15,2	30,9	330		76,03 Р

Зав. производством

*И. Кондратьев С.Н.*