

Завтраки

День	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Понедельник	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	Картофельное пюре №377	100	2,7	4	5,8	70
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	14,52	17,6	75,84	519,84
Вторник	Каша рисовая с изюмом №177	170	4,93	8,81	38,85	254,41
	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	11,59	11,06	95,69	528,66
Среда	Омлет с сыром №275	150	16,87	23,25	2,81	287,97
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Хлеб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14	120,88
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	22,91	32,55	53,38	598,11
Четверг	Рис припущенный №305	100	2,43	2,87	24,45	133,35
	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
	Хлеб пшеничный	70	5,52	0,7	33,8	163,58
	Сосиски "Особые халяль"	50	4,75	6,75	1,37	85,23
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	15,42	12,07	92,32	539,59
пятница	Рыба припущенная	90	15,6	0,6	0,96	71,64
	Картофельное пюре №377	150	4,04	6	8,7	104,96
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
	Итого	500	25,18	16,65	49,83	449,89
Понедельник	Рыба припущенная	75	13	0,5	0,8	59,7
	Рис отварной №304	100	2,43	3,58	24,46	139,78
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	15	0,12	12,3	0,19	111,94
	Булочка домашняя	60	4,2	6,7	27,8	188,3
	Итого	500	23,72	23,68	86,89	655,56
Вторник	Сырники из творога запеченые	100	15,8	5,3	17,9	182,5
	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Булочка домашняя	60	4,2	6,7	27,8	188,3
	Итого	500	26,74	22,45	102,67	719,69
Среда	Запеканка из творога	150	23,85	11,55	22,5	289,35
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02

	Хлеб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14	120,88
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	29,89	20,85	73,07	599,49
четверг	Греча отварная №4,3	100	5,73	4,06	25,76	162,5
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	17,55	17,66	95,8	612,34
пятница	Рис отварной №304	100	2,43	3,58	24,46	70
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	120,88
	Чай с лимоном №459	180	0,02	0,09	8,55	35,09
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	20	0,16	16,4	0,26	74,64
	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	500	14,4	33,57	93,81	594,61

Утверждаю

Директор: _____/Галхикова С.Б./

Меню дня

Понедельник 1		

1 смена

№	Наименование блюда	Масса порции (г)
1	Котлета куриная	70
2	Хлеб пшеничный	50
3	Кортофельное пюре №377	100
4	Чай с лимоном №459	200
5	Яблоко №338	80

Меню дня

2 смена

№	Наименование блюда	Масса порции (г)
1	Суп картофельный с бобовыми №113	200
2	Гречка отварная №4.3	100
3	Котлета куриная	70
4	Хлеб пшеничный	75
5	Чай с лимоном №459	200

Меню дня

Понедельник 2

1 смена

№	Наименование блюда	Масса порции (г)
1	Рыба припущенная	75
2	Рис отварной №304	100
3	Хлеб пшеничный	50
4	Чай с лимоном №456	200
5	Масло сливочное (порциями) №14	15
	Булочка домашняя	60

Меню дня

2 смена

№	Наименование блюда	Масса порции (г)
1	Борщ со свежей капустой и томатом	200
2	Макаронные изделия отварные с маслом №203	105
3	Котлета куриная	70
4	Хлеб пшеничный	75
5	Чай с лимоном №459	200

Меню дня

Вторник 1

1 смена

№	Наименование блюда	Масса порции (г)
1	Каша рисовая с изюмом №117	170
2	Чай с молоком или сливками №378	200
4	Хлеб пшеничный	50
5	Яблоко №338	80

Меню дня

2 смена

№	Наименование блюда	Масса порции (г)
1	Рассольник домашний №95	200
2	Рис отварной №304	100
3	Сосиски «особые халяль»	50
4	Хлеб пшеничный	75
5	Сыр порциями	10
6	Чай с лимоном №459	200

Меню дня

Вторник 2

1 смена

№	Наименование блюда	Масса порции (г)
1	Сырники из творога запеченные	100
2	Чай с молоком или сливками №378	200
3	Хлеб пшеничный	75
4	Масло сливочное (порциями)№14	10
5	Яблоки №338	80
6	Булочка домашняя	60

Меню дня

2 смена

№	Наименование блюда	Масса порции (г)
1	Рассольник домашний №95	200
2	Пюре картофельное №377	100
3	Сосиски «особые халяль»	50
4	Хлеб пшеничный	75
5	Масло сливочное (порциями)	5
6	Час с лимоном №459	200

Меню дня

Среда 1

1 смена

№	Наименование блюда	Масса порции (г)
1	Омлет с сыром №275	150
2	Чай с лимоном №459	200
3	Масло сливочное (порциями)№14	10
4	Хлеб пшеничный	60
5	Яблоко №338	100

Меню дня

2 смена

№	Наименование блюда	Масса порции (г)
1	Борщ №81	200
2	сметана	10
3	Капуста тушеная №380	100
4	Хлеб пшеничный	75
5	Чай с лимоном №459	200

Меню дня

Среда 2

1 смена

№	Наименование блюда	Масса порции (г)
1	Запеканка из творога	150
2	Хлеб пшеничный	60
4	Чай с лимоном №459	200
	Масло сливочное (порциями) №14	10
5	Яблоко №338	80

Меню дня

2 смена

№	Наименование блюда	Масса порции (г)
1	Щи из свежей капусты с картофелем №88	200
2	Плов с курицей №291	150
3	Хлеб пшеничный	75
4	Сыр с порциями	10
5	Чай с лимоном №459	200

Меню дня

Четверг 1

1 смена

№	Наименование блюда	Масса порции (г)
1	Рис припущенный №305	100
2	Чай с молоком или сливками №378	200
3	Хлеб пшеничный	75
4	Сосиски «Особые халяль»	50
5	Яблоко №338	80

Меню дня

2 смена

№	Наименование блюда	Масса порции (г)
1	Суп с бобовыми (119)	200
2	Картофельное пюре №377	100
3	Сосиски «Особые халяль»	50
4	Хлеб пшеничный	75
5	Сыр порциями	10
6	Чай с лимоном №459	200

Меню дня

Четверг 2

Четверг 2		

1 смена

№	Наименование блюда	Масса порции (г)
1	Гречка отварная №4,3	100
2	Хлеб пшеничный	50
3	Котлета куриная	70
4	Чай с лимоном №459	200
5	Яблоко №338	100

Меню дня

2 смена

№	Наименование блюда	Масса порции (г)
1	Суп из овощей с фасолью №117	200
2	Рис отварной №304	100
3	Сосиски «Особые халяль»	50
4	Хлеб пшеничный	75
5	Сыр порциями	10
6	Чай с лимоном №459	200

Меню дня

Пятница 1

1 смена

№	Наименование блюда	Масса порции (г)
1	Рыба припущенная	90
2	Катофельное пюре №377	150
3	Хлеб пшеничный	50
4	Масло сливочное (порциями) №14	10
5	Чай смолоком или сливками №378	200

Меню дня

2 смена

№	Наименование блюда	Масса порции (г)
1	Суп картофельный №112	200
2	Хлеб пшеничный	75
3	Макаронные изделия отварные с маслом №203	105
4	Чай с лимоном №459	200

Меню дня

Пятница 2

Пятница 2		

1 смена

№	Наименование блюда	Масса порции (г)
1	Рис отварной №304	100
2	Хлеб пшеничный	50
3	Чай с лимоном №459	180
4	Масло сливочное (порциями)№14	20
5	Котлета куриная	70
6	Яблоко №338	80

Меню дня

2 смена

№	Наименование блюда	Масса порции (г)
1	Борщ №81	200
2	Сметана	10
3	Греча отварная №4,3	100
4	Соус красный основной №422	50
5	Хлеб пшеничный	75
6	Масло сливочное (порциями)№14	5
7	Чай с лимоном №459	200

Социальный педагог:

/Занаева А.У./

Повар:

/Мушукаева А.Т./