

01.06.2022 (Меню для оздоровления детей 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
200	Каша манная молочная жидкая <i>Крупа манная, Сахар-песок, Молоко, Масло крестьянское, Соль йодированная</i>	кКал-254, Бел-8, Жир-10, Угл-33	20-89
15	Сыр твердый порциями	кКал-52, Бел-4, Жир-4, А-32	15-62
1/50	Яйцо отварное	кКал-63, Бел-5, Жир-5	14
200	Какао с молоком <i>Какао, Молоко, Сахар-песок</i>	кКал-144, Бел-4, Жир-3, Угл-25	21-7
25	Хлеб пшеничный	кКал-88, Бел-3, Угл-18	2-65
Итого за Завтрак		кКал-601, Бел-24, Жир-22, Угл-76, А-32	74-86
<u>Обед</u>			
60	Свежие огурцы (порции)	кКал-61, Жир-6, Угл-1	23-1
200/15	Суп картофельный с рыбными консервами <i>Скумбрия с добавлением масла, Картофель, Крупа рисовая, Лук репчатый, Морковь, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная, Зелень суш., Перец ч.л</i>	кКал-144, Бел-8, Жир-6, Угл-14	39-51
50/15	Гуляш из отварной говядины <i>Говядина, Лук репчатый, Томат-паста /530 гр/, Мука пшеничная 1с, Соль йодированная, Масло подсолнечное ДП, Морковь, Зелень суш., Перец ч.л</i>	кКал-139, Бел-14, Жир-7, Угл-5	100-27
150	Макаронные изделия отварные <i>Макаронные изделия /Рожки/, Масло сливочное обогащенное, Соль йодированная</i>	кКал-1 034, Бел-38, Жир-6, Угл-208	11-95
200	Сок фруктовый	кКал-92, Бел-1, Угл-20	17-43
25	Хлеб пшеничный	кКал-88, Бел-3, Угл-18	2-65
25	Хлеб ржаной	кКал-73, Бел-2, Угл-8	2-69
Итого за Обед		кКал-1 631, Бел-66, Жир-25, Угл-274	197-6
<u>Полдник</u>			
200	Молоко	кКал-98, Бел-3, Жир-3, Угл-98	28-14
100	Пирожок с малиновым джемом	кКал-251, Бел-5, Жир-5, Угл-45	52-5
150	Яблоки свежие	кКал-71, Угл-15	51-3
Итого за Полдник		кКал-420, Бел-8, Жир-8, Угл-158	131-94
Итого за		кКал-2 652, Бел-98, Жир-55, Угл-508, А-32	404-4

Директор _____

Бухгалтер _____

Зав.
производством _____

01.06.2022 (Меню для оздоровления детей 12-18)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
250	Каша манная молочная жидкая <i>Крупа манная, Сахар-песок, Молоко, Масло сливочное обогащенное, Соль йодированная</i>	кКал-317, Бел-10, Жир-12, Угл-41	28-7
15	Сыр твердый порциями	кКал-52, Бел-4, Жир-4, А-32	15-62
50	Яйцо отварное	кКал-62, Бел-5, Жир-5	13-73
200	Какао с молоком <i>Какао, Молоко, Сахар-песок</i>	кКал-144, Бел-4, Жир-3, Угл-25	21-7
50	Хлеб пшеничный	кКал-176, Бел-6, Жир-1, Угл-37	5-29
Итого за Завтрак		кКал-751, Бел-29, Жир-25, Угл-103, А-32	85-04
<u>Обед</u>			
60	Свежие огурцы (порции)	кКал-61, Жир-6, Угл-1	23-1
250/15	Суп картофельный с рыбными консервами <i>Скумбрия с добавлением масла, Картофель, Крупа рисовая, Лук репчатый, Морковь, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная, Зелень суш</i>	кКал-177, Бел-10, Жир-8, Угл-17	50-85
80/20	Гуляш из отварной говядины <i>Говядина, Лук репчатый, Томат-паста /530 гр/, Мука пшеничная 1с, Соль йодированная, Масло подсолнечное ДП, Морковь</i>	кКал-214, Бел-21, Жир-10, Угл-8	157-73
180	Макаронные изделия отварные <i>Макаронные изделия /Рожки/, Масло сливочное обогащенное, Соль йодированная</i>	кКал-1 241, Бел-46, Жир-7, Угл-249	14-35
200	Сок фруктовый	кКал-92, Бел-1, Угл-20	17-43
40	Хлеб пшеничный	кКал-141, Бел-5, Угл-30	4-24
40	Хлеб ржаной	кКал-116, Бел-3, Жир-1, Угл-13	4-31
Итого за Обед		кКал-2 042, Бел-86, Жир-32, Угл-338	272-01
<u>Полдник</u>			
220	Молоко	кКал-108, Бел-4, Жир-3, Угл-108	30-95
100	Пирожок с клубничным джемом	кКал-278, Бел-8, Жир-6, Угл-50	52-5
100	Яблоки свежие	кКал-47, Угл-10	34-2
Итого за Полдник		кКал-433, Бел-12, Жир-9, Угл-168	117-65
Итого за		кКал-3 226, Бел-127, Жир-66, Угл-609, А-32	474-7

Директор _____

Бухгалтер _____

Зав.
производством _____

02.06.2022 (Меню для оздоровления детей 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
90	Котлета "Домашняя"	кКал-199, Бел-12, Жир-13, Угл-6	64-97
1/200	Сок 0,2 л. (персик, яблоко, груша, мультифрукт)	кКал-43, Угл-11	27-13
150	Гречка отварная с маслом <i>Крупа гречневая, Соль йодированная, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-264, Бел-9, Жир-5, Угл-45	22-77
200/10	Чай с сахаром с лимоном <i>Чай черный, Сахар-песок, Лимоны свежие</i>	кКал-62, Угл-15	5-63
25	Хлеб пшеничный	кКал-88, Бел-3, Угл-18	2-65
Итого за Завтрак		кКал-656, Бел-24, Жир-18, Угл-95	123-15
<u>Обед</u>			
25	Кукуруза в зернах консервированная	кКал-39, Бел-2, Жир-2, Угл-4	12-43
200	Рассольник со сметаной <i>Картофель, Крупа перловая, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консервированные /360гр/, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная, Сметана 15%, Приправа, Перец ч.м., Зелень суш., Лист лавровый</i>	кКал-180, Бел-5, Жир-8, Угл-23	26-71
10	Мясо отварное	кКал-254, Бел-26, Жир-17	15-14
80/30	Рыба тушеная с овощами <i>Филе Минтай, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста /530 гр/, Сахар-песок, Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-124, Бел-16, Жир-4, Угл-5	70-96
150	Картофельное пюре с маслом <i>Картофель, Молоко, Масло крестьянское, Соль йодированная</i>	кКал-97, Бел-2, Жир-6, Угл-24	43-9
200	Компот из сухофруктов <i>Сухофрукты, Сахар-песок</i>	кКал-114, Бел-1, Угл-28	9-49
25	Хлеб пшеничный	кКал-88, Бел-3, Угл-18	2-65
25	Хлеб ржаной	кКал-73, Бел-2, Угл-8	2-69
Итого за Обед		кКал-969, Бел-57, Жир-37, Угл-110	183-97
<u>Полдник</u>			
200	Кефир	кКал-117, Бел-3, Жир-3, Угл-7	31-15
80	Слойка с сыром	кКал-57, Бел-13, Жир-26, Угл-1	39
1/200	Сок 0,2 л. (персик, яблоко, груша, мультифрукт)	кКал-43, Угл-11	27-13
Итого за Полдник		кКал-217, Бел-16, Жир-29, Угл-19	97-28
Итого за		кКал-1 842, Бел-97, Жир-84, Угл-224	404-4

Директор _____

Бухгалтер _____

Зав. производством _____

02.06.2022 (Меню для оздоровления детей 12-18)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
100	Котлета "Домашняя"	кКал-221, Бел-13, Жир-15, Угл-7	72-19
1/200	Сок 0,2 л. (персик, яблоко, груша, мультифрукт)	кКал-43, Угл-11	27-13
190	Гречка отварная с маслом <i>Крупа гречневая, Соль йодированная, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-334, Бел-11, Жир-7, Угл-57	28-84
200/10	Чай с сахаром с лимоном <i>Чай черный, Сахар-песок, Лимоны свежие</i>	кКал-62, Угл-15	5-63
25	Хлеб пшеничный	кКал-88, Бел-3, Угл-18	2-65
Итого за Завтрак		кКал-748, Бел-27, Жир-22, Угл-108	136-44
<u>Обед</u>			
25	Кукуруза в зернах консервированная	кКал-39, Бел-2, Жир-2, Угл-4	12-43
250	Рассольник со сметаной <i>Картофель, Крупа перловая, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консервированные /360гр/, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная, Сметана 15%, Приправа, Перец ч.м, Зелень суш, Лист лавровый</i>	кКал-225, Бел-7, Жир-10, Угл-28	53-42
10	Мясо отварное	кКал-254, Бел-26, Жир-17	15-14
90/30	Рыба тушеная с овощами <i>Филе Минтай, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста /330 гр/, Сахар-песок, Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-135, Бел-17, Жир-5, Угл-6	92-48
180	Картофельное пюре с маслом <i>Картофель, Молоко, Масло крестьянское, Соль йодированная</i>	кКал-117, Бел-3, Жир-7, Угл-29	52-68
200	Компот из сухофруктов <i>Сухофрукты, Сахар-песок</i>	кКал-114, Бел-1, Угл-28	9-49
25	Хлеб пшеничный	кКал-88, Бел-3, Угл-18	2-65
25	Хлеб ржаной	кКал-73, Бел-2, Угл-8	2-69
Итого за Обед		кКал-1 045, Бел-61, Жир-41, Угл-121	240-98
<u>Полдник</u>			
200	Кефир	кКал-117, Бел-3, Жир-3, Угл-7	31-15
80	Слойка с сыром	кКал-57, Бел-13, Жир-26, Угл-1	39
1/200	Сок 0,2 л. (персик, яблоко, груша, мультифрукт)	кКал-43, Угл-11	27-13
Итого за Полдник		кКал-217, Бел-16, Жир-29, Угл-19	97-28
Итого за		кКал-2 010, Бел-104, Жир-92, Угл-248	474-7

Директор _____

Бухгалтер _____

Зав. производством _____

03.06.2022 (Меню для оздоровления детей 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
200	Йогурт	кКал-87, Бел-5, Жир-3, Угл-9, А-20	33-75
170	Запеканка творожная <i>Творог 9% жирн., Крупа манная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Масло крестьянское, Сметана 15%, Молоко</i>	кКал-252, Бел-9, Жир-13, Угл-6, А-520, Е-1	78-84
200	Какао с молоком <i>Какао, Молоко, Сахар-песок</i>	кКал-144, Бел-4, Жир-3, Угл-25	21-7
20	Хлеб пшеничный	кКал-71, Бел-2, Угл-15	2-12
Итого за Завтрак		кКал-554, Бел-20, Жир-19, Угл-55, А-540, Е-1	136-41
<u>Обед</u>			
60	Салат из свежих помидор		36-75
200	Суп картофельный с бобовыми <i>Горох колотый, Картофель, Морковь, Зелень суш, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная, Приправа, Перец ч.м</i>	кКал-108, Бел-2, Жир-4, Угл-15	24-87
75	Голубцы (п/п)	кКал-228, Бел-14, Жир-14, Угл-11	39-38
150	Овощи тушеные <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Капуста, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная</i>	кКал-87, Бел-3, Жир-7, Угл-6	43-54
200	Сок фруктовый	кКал-92, Бел-1, Угл-20	17-43
25	Хлеб пшеничный	кКал-88, Бел-3, Угл-18	2-65
25	Хлеб ржаной	кКал-73, Бел-2, Угл-8	2-69
Итого за Обед		кКал-676, Бел-25, Жир-25, Угл-78	167-31
<u>Полдник</u>			
200	Молоко	кКал-98, Бел-3, Жир-3, Угл-98	28-14
75	Кекс "Творожный"		31-5
150	Яблоки свежие	кКал-71, Угл-15	41-04
Итого за Полдник		кКал-169, Бел-3, Жир-3, Угл-113	100-68
Итого за		кКал-1399, Бел-48, Жир-47, Угл-246, А-540, Е-1	404-4

Директор _____

Бухгалтер _____

Зав. производством _____

03.06.2022 (Меню для оздоровления детей 12-18)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
200	Йогурт	кКал-87, Бел-5, Жир-3, Угл-9, А-20	33-75
180	Запеканка творожная <i>Творог 9 % жирн., Крупа манная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Масло крестьянское, Сметана 15%, Молоко</i>	кКал-267, Бел-10, Жир-13, Угл-7, А-551, Е-1	82-9
200	Какао с молоком <i>Какао, Молоко, Сахар-песок</i>	кКал-144, Бел-4, Жир-3, Угл-25	21-7
20	Хлеб пшеничный	кКал-71, Бел-2, Угл-15	2-12
Итого за Завтрак		кКал-569, Бел-21, Жир-19, Угл-56, А-571, Е-1	140-47
<u>Обед</u>			
100	Салат из свежих помидор		61-25
250	Суп картофельный с бобовыми <i>Горох колотый, Картофель, Морковь, Зелень суш, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная, Приправа, Перец ч.м</i>	кКал-135, Бел-3, Жир-5, Угл-19	31-1
100	Голубцы (п/п)	кКал-304, Бел-19, Жир-19, Угл-14	52-5
180	Овощи тушеные <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Капуста, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная</i>	кКал-104, Бел-3, Жир-9, Угл-8	52-25
200	Сок фруктовый	кКал-92, Бел-1, Угл-20	17-43
25	Хлеб пшеничный	кКал-88, Бел-3, Угл-18	2-65
25	Хлеб ржаной	кКал-73, Бел-2, Угл-8	2-69
Итого за Обед		кКал-796, Бел-31, Жир-33, Угл-87	219-87
<u>Полдник</u>			
200	Молоко	кКал-98, Бел-3, Жир-3, Угл-98	28-14
75	Кекс "Творожный"		31-5
200	Яблоки свежие	кКал-94, Угл-20	54-72
Итого за Полдник		кКал-192, Бел-3, Жир-3, Угл-118	114-36
Итого за		кКал-1 557, Бел-55, Жир-55, Угл-261, А-571, Е-1	474-7

Директор _____

Бухгалтер _____

Зав.
производством _____

06.06.2022 (Меню для оздоровления детей 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
200	Каша жидкая молочная из риса с маслом <i>Крупа рисовая, Молоко, Сахар-песок, Соль йодированная, Масло крестьянское</i>	кКал-148, Бел-4, Жир-5, Угл-22	35-18
15	Сыр твердый порциями	кКал-52, Бел-4, Жир-4, А-32	15-62
1/50	Яйцо отварное	кКал-63, Бел-5, Жир-5	14
200	Кофейный напиток на молоке <i>Кофейный напиток обогащенный ДП, Молоко, Сахар-песок</i>	кКал-108, Бел-3, Жир-3, Угл-18	20-44
40	Хлеб пшеничный	кКал-141, Бел-5, Угл-30	4-24
Итого за Завтрак		кКал-512, Бел-21, Жир-17, Угл-70, А-32	89-48
<u>Обед</u>			
25	Помидоры свежие (порции)	кКал-12, Угл-3	15-82
200/15	Суп-лапша (промыш. произв) с курицей <i>Лук репчатый, Соль йодированная, Лапша, Морковь, Зелень суш, Масло подсолнечное ДП, Филе грудка, Перец ч.м, Приправа</i>	кКал-109, Бел-2, Жир-5, Угл-14	24-16
90	Бефстроганов из отварной говядины <i>Говядина, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Морковь, Соль йодированная, Сметана 15%, Мука пшеничная 1с</i>	кКал-279, Бел-22, Жир-20, Угл-3	157-57
150	Пюре гороховое <i>Горох колотый, Масло крестьянское, Соль йодированная</i>	кКал-135, Бел-10, Жир-1, Угл-26	11-88
200	Компот из изюма <i>Изюм, Сахар-песок</i>	кКал-150, Бел-1, Угл-37	12-29
25	Хлеб пшеничный	кКал-88, Бел-3, Угл-18	2-65
25	Хлеб ржаной	кКал-73, Бел-2, Угл-8	2-69
Итого за Обед		кКал-846, Бел-40, Жир-26, Угл-109	227-06
<u>Полдник</u>			
200	Кефир	кКал-117, Бел-3, Жир-3, Угл-7	31-15
60	Печенье "Пломбир"	кКал-272, Бел-4, Жир-11, Угл-40	29-58
1/200	Сок 0,2 л. (персик, яблоко, груша, мультифрукт)	кКал-43, Угл-11	27-13
Итого за Полдник		кКал-432, Бел-7, Жир-14, Угл-58	87-86
Итого за		кКал-1 790, Бел-68, Жир-57, Угл-237, А-32	404-4

Директор _____

Бухгалтер _____

Зав.
производством _____

06.06.2022 (Меню для оздоровления детей 12-18)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
250	Каша жидкая молочная из риса с маслом <i>Крупа рисовая, Молоко, Сахар-песок, Соль йодированная, Масло крестьянское</i>	кКал-185, Бел-5, Жир-6, Угл-27	43-98
15	Сыр твердый порциями	кКал-52, Бел-4, Жир-4, А-32	15-62
1/50	Яйцо отварное	кКал-63, Бел-5, Жир-5	14
200	Кофейный напиток на молоке <i>Кофейный напиток обогатенный ДП, Молоко, Сахар-песок</i>	кКал-108, Бел-3, Жир-3, Угл-18	20-44
40	Хлеб пшеничный	кКал-141, Бел-5, Угл-30	4-24
Итого за Завтрак		кКал-549, Бел-22, Жир-18, Угл-75, А-32	98-28
<u>Обед</u>			
60	Помидоры свежие (порции)	кКал-28, Бел-1, Угл-8	37-98
250/15	Суп-лапша (промыш. произв) с курицей <i>Лук репчатый, Соль йодированная, Лапша, Морковь, Зелень суш, Масло подсолнечное ДП, Филе грудка, Перец ч.м, Приправа</i>	кКал-135, Бел-3, Жир-6, Угл-17	29-75
100	Бефстроганов из отварной говядины <i>Говядина, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Морковь, Соль йодированная, Сметана 15%, Мука пшеничная 1с</i>	кКал-310, Бел-24, Жир-22, Угл-4	169-23
180	Пюре гороховое <i>Горох колотый, Масло крестьянское, Соль йодированная</i>	кКал-162, Бел-12, Жир-1, Угл-31	14-25
200	Компот из изюма <i>Изюм, Сахар-песок</i>	кКал-150, Бел-1, Угл-37	12-29
25	Хлеб пшеничный	кКал-88, Бел-3, Угл-18	2-65
25	Хлеб ржаной	кКал-73, Бел-2, Угл-8	2-69
Итого за Обед		кКал-946, Бел-46, Жир-29, Угл-123	268-84
<u>Полдник</u>			
200	Кефир	кКал-117, Бел-3, Жир-3, Угл-7	31-15
100	Печенье "Пломбир"	кКал-454, Бел-7, Жир-18, Угл-66	49-3
1/200	Сок 0,2 л. (персик, яблоко, груша, мультифрукт)	кКал-43, Угл-11	27-13
Итого за Полдник		кКал-614, Бел-10, Жир-21, Угл-84	107-58
Итого за		кКал-2 109, Бел-78, Жир-68, Угл-282, А-32	474-7

Директор _____

Бухгалтер _____

Зав. производством _____

07.06.2022 (Меню для оздоровления детей 12-18)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
100	Курица отварная с соусом <i>Филе грудки, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Сметана 15%, Сахар-песок, Соль йодированная</i>	кКал-145, Бел-4, Жир-5, Угл-22	52-37
190	Гречка отварная с маслом <i>Крупа гречневая, Соль йодированная, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-334, Бел-11, Жир-7, Угл-57	28-84
200	Чай с сахаром с лимоном <i>Чай черный, Сахар-песок, Лимоны свежие</i>	кКал-59, Угл-15	5-36
50	Хлеб пшеничный	кКал-176, Бел-6, Жир-1, Угл-37	5-29
Итого за Завтрак		кКал-714, Бел-21, Жир-13, Угл-131	91-86
<u>Обед</u>			
100	Салат из свежих огурцов с растительным маслом <i>Огурцы свежие, Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-135, Бел-1, Жир-12, Угл-5	32-24
250/20	Суп картофельный с мясными фрикадельками <i>Картофель, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Фарш Говяжий, Зелень суш. Перец ч.м. Лист лавровый, Приправа</i>	кКал-180, Бел-10, Жир-7, Угл-20	58-23
100	Тефтели рыбные (пром, произ)	кКал-161, Бел-12, Жир-7, Угл-12	123-36
15	Соус сметанный <i>Сметана 15%, Мука пшеничная 1с, Соль йодированная</i>	кКал-371, Бел-7, Жир-25, Угл-29	1-84
180	Картофельное пюре с маслом <i>Картофель, Молоко, Масло крестьянское, Соль йодированная</i>	кКал-117, Бел-3, Жир-7, Угл-29	52-68
200	Сок фруктовый	кКал-92, Бел-1, Угл-20	17-43
25	Хлеб пшеничный	кКал-88, Бел-3, Угл-18	2-65
25	Хлеб ржаной	кКал-73, Бел-2, Угл-8	2-69
Итого за Обед		кКал-1 217, Бел-39, Жир-58, Угл-141	291-12
<u>Полдник</u>			
200	Молоко	кКал-98, Бел-3, Жир-3, Угл-98	28-14
80	Слойка с фруктовой начинкой	кКал-398, Бел-8, Жир-15, Угл-57	36-45
1/200	Сок 0,2 л. (персик, яблоко, груша, мультифрукт)	кКал-43, Угл-11	27-13
Итого за Полдник		кКал-539, Бел-11, Жир-18, Угл-166	91-72
Итого за		кКал-2 470, Бел-71, Жир-89, Угл-438	474-7

Директор _____

Бухгалтер _____

Зав. производством _____

07.06.2022 (Меню для оздоровления детей 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
90	Курица отварная с соусом <i>Филе грудка, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Сметана 15%, Сахар-песок, Соль йодированная</i>	кКал-131, Бел-4, Жир-5, Угл-20	47-13
160	Гречка отварная с маслом <i>Крупа гречневая, Соль йодированная, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-281, Бел-9, Жир-6, Угл-48	24-29
200	Чай с сахаром с лимоном <i>Чай черный, Сахар-песок, Лимоны свежие</i>	кКал-59, Угл-15	5-36
50	Хлеб пшеничный	кКал-176, Бел-6, Жир-1, Угл-37	5-29
Итого за Завтрак		кКал-647, Бел-19, Жир-12, Угл-120	82-07
<u>Обед</u>			
60	Салат из свежих огурцов с растительным маслом <i>Огурцы свежие, Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-81, Бел-1, Жир-7, Угл-3	19-34
200/20	Суп картофельный с мясными фрикадельками <i>Картофель, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Фарш Говяжий, Зелень суш, Перец ч.м, Лист лавровый, Приправа</i>	кКал-147, Бел-8, Жир-6, Угл-16	47-47
90	Тефтели рыбные (пром, произ)	кКал-144, Бел-11, Жир-7, Угл-11	92-37
15	Соус сметанный <i>Сметана 15%, Мука пшеничная 1с, Соль йодированная</i>	кКал-371, Бел-7, Жир-25, Угл-29	1-84
160	Картофельное пюре с маслом <i>Картофель, Молоко, Масло крестьянское, Соль йодированная</i>	кКал-104, Бел-2, Жир-7, Угл-26	46-82
200	Сок фруктовый	кКал-92, Бел-1, Угл-20	17-43
25	Хлеб пшеничный	кКал-88, Бел-3, Угл-18	2-65
25	Хлеб ржаной	кКал-73, Бел-2, Угл-8	2-69
Итого за Обед		кКал-1 100, Бел-35, Жир-52, Угл-131	230-61
<u>Полдник</u>			
200	Молоко	кКал-98, Бел-3, Жир-3, Угл-98	28-14
80	Слойка с фруктовой начинкой	кКал-398, Бел-8, Жир-15, Угл-57	36-45
1/200	Сок 0,2 л. (персик, яблоко, груша, мультифрукт)	кКал-43, Угл-11	27-13
Итого за Полдник		кКал-539, Бел-11, Жир-18, Угл-166	91-72
Итого за		кКал-2 286, Бел-65, Жир-82, Угл-417	404-4

Директор _____

Бухгалтер _____

Зав. производством _____

08.06.2022 (Меню для оздоровления детей 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
150	Вареники с творогом (промышленного производства) <i>Вареники с творогом, Масло крестьянское, Соль йодированная</i>	кКал-318, Бел-18, Жир-14, Угл-10	36-83
200	Йогурт	кКал-87, Бел-5, Жир-3, Угл-9, А-20	33-75
200	Кисель из свежих ягод <i>Ягода с/м, Сахар-песок, Крахмал картофельный</i>	кКал-85, Угл-21	23-47
20	Хлеб пшеничный	кКал-71, Бел-2, Угл-15	2-12
Итого за Завтрак		кКал-561, Бел-25, Жир-17, Угл-55, А-20	96-17
<u>Обед</u>			
20	Помидоры свежие (порции)	кКал-9, Угл-3	12-66
200	Борщ с картофелем, капустой со сметаной <i>Свекла, Капуста, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста /530 гр/, Масло подсолнечное ДП, Сахар-песок, Соль йодированная, Зелень суш, Перец ч.м, Приправа, Лист лавровый</i>	кКал-119, Бел-3, Жир-4, Угл-15	22-45
90	Котлета куриная (п/п) <i>Котлеты Куриные, Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-167, Бел-10, Жир-11, Угл-7	74-45
150	Овощи тушеные <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Капуста, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная</i>	кКал-87, Бел-3, Жир-7, Угл-6	50-05
200	Сок фруктовый	кКал-92, Бел-1, Угл-20	17-43
30	Хлеб пшеничный	кКал-106, Бел-3, Угл-22	3-18
30	Хлеб ржаной	кКал-87, Бел-2, Угл-10	3-23
Итого за Обед		кКал-667, Бел-22, Жир-22, Угл-83	183-45
<u>Полдник</u>			
200	Бифилайф	кКал-50, Бел-3, Жир-3, Угл-4	33-75
100	Рулет с маком	кКал-339, Бел-8, Жир-13, Угл-49	47-25
160	Яблоки свежие	кКал-75, Угл-16	43-78
Итого за Полдник		кКал-464, Бел-11, Жир-16, Угл-69	124-78
Итого за		кКал-1 692, Бел-58, Жир-55, Угл-207, А-20	404-4

Директор _____

Бухгалтер _____

Зав. производством _____

08.06.2022 (Меню для оздоровления детей 12-18)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
220	Вареники с творогом (промышленного производства) <i>Вареники с творогом, Масло крестьянское, Соль йодированная</i>	кКал-467, Бел-27, Жир-20, Угл-15	73-66
200	Йогурт	кКал-87, Бел-5, Жир-3, Угл-9, А-20	33-75
200	Кисель из свежих ягод <i>Ягода с/м, Сахар-песок, Крахмал картофельный</i>	кКал-85, Угл-21	23-47
20	Хлеб пшеничный	кКал-71, Бел-2, Угл-15	2-12
Итого за Завтрак		кКал-710, Бел-34, Жир-23, Угл-60, А-20	133
<u>Обед</u>			
20	Помидоры свежие (порции)	кКал-9, Угл-3	12-66
250	Борщ с картофелем, капустой со сметаной <i>Свекла, Капуста, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста /530 гр/, Масло подсолнечное ДП, Сахар-песок, Соль йодированная, Зелень суш, Перец ч.м, Приправа, Лист лавровый</i>	кКал-149, Бел-4, Жир-5, Угл-19	28-11
100	Котлета куриная (п/п) <i>Котлеты Куриные, Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-186, Бел-11, Жир-12, Угл-8	82-72
150	Овощи тушеные <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Капуста, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная</i>	кКал-87, Бел-3, Жир-7, Угл-6	69-59
200	Сок фруктовый	кКал-92, Бел-1, Угл-20	17-43
30	Хлеб пшеничный	кКал-106, Бел-3, Угл-22	3-18
30	Хлеб ржаной	кКал-87, Бел-2, Угл-10	3-23
Итого за Обед		кКал-716, Бел-24, Жир-24, Угл-88	216-92
<u>Полдник</u>			
200	Бифилайф	кКал-50, Бел-3, Жир-3, Угл-4	33-75
100	Рулет с маком	кКал-339, Бел-8, Жир-13, Угл-49	47-25
160	Яблоки свежие	кКал-75, Угл-16	43-78
Итого за Полдник		кКал-464, Бел-11, Жир-16, Угл-69	124-78
Итого за		кКал-1 890, Бел-69, Жир-63, Угл-217, А-20	474-7

Директор _____

Бухгалтер _____

Зав.
производством _____

09.06.2022 (Меню для оздоровления детей 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
125	Десерт творожный		45-33
150	Макаронные изделия отварные	кКал-1 034, Бел-38, Жир-6, Угл-208	11-95
<i>Макаронные изделия /Рожики/, Масло сливочное обогащенное, Соль йодированная</i>			
1/50	Яйцо отварное	кКал-63, Бел-5, Жир-5	14
200	Какао с молоком	кКал-144, Бел-4, Жир-3, Угл-25	21-7
<i>Какао, Молоко, Сахар-песок</i>			
20	Хлеб пшеничный	кКал-71, Бел-2, Угл-15	2-12
Итого за Завтрак		кКал-1 312, Бел-49, Жир-14, Угл-248	95-1
<u>Обед</u>			
60	Свежий огурец (порция)	кКал-18, Бел-1, Угл-3	15-75
200/15	Суп картофельный с рыбными консервами	кКал-144, Бел-8, Жир-6, Угл-14	39-28
<i>Скумбрия с добавлением масла, Картофель, Крупа перловая, Лук репчатый, Морковь, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная, Зелень суш, Перец ч.м</i>			
40/130	Жаркое по - домашнему	кКал-418, Бел-19, Жир-22, Угл-18	135-17
<i>Говядина, Картофель, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Томат-паста /530 гр/, Соль йодированная, Морковь, Перец ч.м, Приправа, Зелень суш</i>			
200	Компот из сухофруктов	кКал-114, Бел-1, Угл-28	9-49
<i>Сухофрукты, Сахар-песок</i>			
25	Хлеб пшеничный	кКал-88, Бел-3, Угл-18	2-65
25	Хлеб ржаной	кКал-73, Бел-2, Угл-8	2-69
Итого за Обед		кКал-855, Бел-34, Жир-28, Угл-89	205-03
<u>Полдник</u>			
200	Молоко	кКал-98, Бел-3, Жир-3, Угл-98	28-14
100	Плюшка Валентинка	кКал-361, Бел-8, Жир-11, Угл-59	49
1/200	Сок 0,2 л. (персик, яблоко, груша, мультифрукт)	кКал-43, Угл-11	27-13
Итого за Полдник		кКал-502, Бел-11, Жир-14, Угл-168	104-27
Итого за		кКал-2 669, Бел-94, Жир-56, Угл-505	404-4

Директор _____

Бухгалтер _____

Зав. производством _____

09.06.2022 (Меню для оздоровления детей 12-18)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
125	Десерт творожный		45-33
190	Макаронные изделия отварные <i>Макаронные изделия /Рожки/, Масло сливочное обогатненное, Соль йодированная</i>	кКал-1 310, Бел-49, Жир-7, Угл-263	15-15
1/50	Яйцо отварное	кКал-63, Бел-5, Жир-5	14
200	Какао с молоком <i>Какао, Молоко, Сахар-песок</i>	кКал-144, Бел-4, Жир-3, Угл-25	21-7
20	Хлеб пшеничный	кКал-71, Бел-2, Угл-15	2-12
Итого за Завтрак		кКал-1 588, Бел-60, Жир-15, Угл-303	98-3
<u>Обед</u>			
100	Свежий огурец (порция)	кКал-30, Бел-2, Угл-6	26-25
250/15	Суп картофельный с рыбными консервами <i>Скумбрия с добавлением масла, Картофель, Крупа перловая, Лук репчатый, Морковь, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная, Зелень суш. Перец ч.м</i>	кКал-177, Бел-10, Жир-8, Угл-17	48-39
70/200	Жаркое по - домашнему <i>Говядина, Картофель, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Томат-паста /530 гр/, Соль йодированная, Морковь, Перец ч.м, Приправа, Зелень суш</i>	кКал-664, Бел-30, Жир-34, Угл-29	182-66
200	Компот из сухофруктов <i>Сухофрукты, Сахар-песок</i>	кКал-114, Бел-1, Угл-28	9-49
25	Хлеб пшеничный	кКал-88, Бел-3, Угл-18	2-65
25	Хлеб ржаной	кКал-73, Бел-2, Угл-8	2-69
Итого за Обед		кКал-1 146, Бел-48, Жир-42, Угл-106	272-13
<u>Полдник</u>			
200	Молоко	кКал-98, Бел-3, Жир-3, Угл-98	28-14
100	Плюшка Валентинка	кКал-361, Бел-8, Жир-11, Угл-59	49
1/200	Сок 0,2 л. (персик, яблоко, груша, мультифрукт)	кКал-43, Угл-11	27-13
Итого за Полдник		кКал-502, Бел-11, Жир-14, Угл-168	104-27
Итого за		кКал-3 236, Бел-119, Жир-71, Угл-577	474-7

Директор _____

Бухгалтер _____

Зав.
производством _____

10.06.2022 (Меню для оздоровления детей 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
200	Каша жидкая на молоке из пшеницы с маслом <i>Крупа Пшеница, Молоко, Сахар-песок, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-265, Бел-6, Жир-10, Угл-25	39-37
15	Сыр твердый порциями	кКал-52, Бел-4, Жир-4, А-32	15-62
200	Кофейный напиток на молоке <i>Кофейный напиток обогащенный ДП, Молоко, Сахар-песок</i>	кКал-108, Бел-3, Жир-3, Угл-18	20-44
100	Печенье "Домино"		37-4
25	Хлеб пшеничный	кКал-88, Бел-3, Угл-18	2-65
Итого за Завтрак		кКал-513, Бел-16, Жир-17, Угл-61, А-32	115-48
<u>Обед</u>			
25	Кукуруза в зернах консервированная	кКал-39, Бел-2, Жир-2, Угл-4	12-43
200\15	Суп лапша с курицей <i>Грудка куриная, Лук репчатый, Морковь, Зелень, Масло крестьянское, Мука пшеничная 1с, Соль йодированная, Лапша, Перец ч.м, Приправа, Лист лавровый</i>	кКал-114, Бел-11, Жир-12, Угл-19	27-67
60\120	Плов из отварной говядины <i>Говядина, Морковь, Масло подсолнечное ДП, Лук репчатый, Крупа рисовая, Соль йодированная, Перец ч.м, Приправа</i>	кКал-377, Бел-15, Жир-29, Угл-30	94-21
200	Сок фруктовый	кКал-92, Бел-1, Угл-20	17-43
25	Хлеб пшеничный	кКал-88, Бел-3, Угл-18	2-65
25	Хлеб ржаной	кКал-73, Бел-2, Угл-8	2-69
Итого за Обед		кКал-783, Бел-34, Жир-43, Угл-99	157-08
<u>Полдник</u>			
200	Кефир	кКал-117, Бел-3, Жир-3, Угл-7	31-15
100	Ватрушка с творогом	кКал-219, Бел-7, Жир-3, Угл-42	56-91
160	Яблоки свежие	кКал-75, Угл-16	43-78
Итого за Полдник		кКал-411, Бел-10, Жир-6, Угл-65	131-84
Итого за		кКал-1 707, Бел-60, Жир-66, Угл-225, А-32	404-4

Директор _____

Бухгалтер _____

Зав.
производством _____

10.06.2022 (Меню для оздоровления детей 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
250	Каша жидкая на молоке из пшена с маслом <i>Крупа Пшено, Молоко, Сахар-песок, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-331, Бел-7, Жир-13, Угл-31	49-22
15	Сыр твердый порциями	кКал-52, Бел-4, Жир-4, А-32	15-62
200	Кофейный напиток на молоке <i>Кофейный напиток обогащенный ДПП, Молоко, Сахар-песок</i>	кКал-108, Бел-3, Жир-3, Угл-18	20-44
100	Печенье "Домино"		37-4
25	Хлеб пшеничный	кКал-88, Бел-3, Угл-18	2-65
Итого за Завтрак		кКал-579, Бел-17, Жир-20, Угл-67, А-32	125-33
<u>Обед</u>			
25	Кукуруза в зернах консервированная	кКал-39, Бел-2, Жир-2, Угл-4	12-43
250/30	Суп лапша с курицей <i>Грудка куриная, Лук репчатый, Морковь, Зелень, Масло крестьянское, Мука пшеничная 1с, Соль йодированная, Лапша, Перец ч.м, Приправа, Лист лавровый</i>	кКал-148, Бел-14, Жир-15, Угл-24	44-33
70/150	Плов из отварной говядины <i>Говядина, Морковь, Масло подсолнечное ДПП, Лук репчатый, Крупа рисовая, Соль йодированная, Перец ч.м, Приправа</i>	кКал-460, Бел-18, Жир-36, Угл-37	138
200	Сок фруктовый	кКал-92, Бел-1, Угл-20	17-43
25	Хлеб пшеничный	кКал-88, Бел-3, Угл-18	2-65
25	Хлеб ржаной	кКал-73, Бел-2, Угл-8	2-69
Итого за Обед		кКал-900, Бел-40, Жир-53, Угл-111	217-53
<u>Полдник</u>			
200	Кефир	кКал-117, Бел-3, Жир-3, Угл-7	31-15
100	Ватрушка с творогом	кКал-219, Бел-7, Жир-3, Угл-42	56-91
160	Яблоки свежие	кКал-75, Угл-16	43-78
Итого за Полдник		кКал-411, Бел-10, Жир-6, Угл-65	131-84
Итого за		кКал-1 890, Бел-67, Жир-79, Угл-243, А-32	474-7

Директор _____

Бухгалтер _____

Зав.
производством _____

14.06.2022 (Меню для оздоровления детей 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
90	Шницель (п/п.)	кКал-177, Бел-11, Жир-12, Угл-6	57-51
1/200	Сок 0,2 л. (персик, яблоко, груша, мультифрукт)	кКал-43, Угл-11	27-13
160	Гречка отварная с маслом <i>Крупа гречневая, Соль йодированная, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-281, Бел-9, Жир-6, Угл-48	24-29
200/10	Чай с сахаром с лимоном <i>Чай черный, Сахар-песок, Лимоны свежие</i>	кКал-62, Угл-15	5-63
40	Хлеб пшеничный	кКал-141, Бел-5, Угл-30	4-24
Итого за Завтрак		кКал-704, Бел-25, Жир-18, Угл-110	118-8
<u>Обед</u>			
25	Помидоры свежие (порции)	кКал-12, Угл-3	15-82
200	Борщ с капустой и картофелем <i>Свекла, Капуста, Морковь, Сахар-песок, Сметана 15%, Картофель, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная, Зелень суш, Приправа, Перец ч.м</i>	кКал-111, Бел-2, Жир-7, Угл-11	28-37
15	Мясо отварное	кКал-381, Бел-39, Жир-25	22-71
100	Печень, тушеная в соусе <i>Печень говяжья ДП замороженная, Масло подсолнечное ДП, Мука пшеничная 1с, Сметана 15%, Соль йодированная, Лук репчатый, Морковь, Зелень суш, Приправа, Перец ч.м</i>	кКал-133, Бел-12, Жир-14, Угл-8, А-11	55-28
150	Картофельное пюре с маслом <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное обогащенное, Соль йодированная</i>	кКал-97, Бел-2, Жир-6, Угл-24	46-78
200	Компот из кураги <i>Курага, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-15	14-74
50	Хлеб пшеничный	кКал-176, Бел-6, Жир-1, Угл-37	5-29
65	Хлеб ржаной	кКал-189, Бел-4, Жир-1, Угл-22	7
Итого за Обед		кКал-1 160, Бел-65, Жир-54, Угл-120, А-11	195-99
<u>Полдник</u>			
200	Сок фруктовый	кКал-92, Бел-1, Угл-20	17-43
50	Ватрушка с творогом <i>Мука пшеничная 1с, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное обогащенное, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Творог 9% жирн.</i>	кКал-183, Бел-6, Жир-2, Угл-35	28-04
160	Яблоки свежие	кКал-75, Угл-16	43-78
Итого за Полдник		кКал-350, Бел-7, Жир-2, Угл-71	89-25
Итого за		кКал-2 214, Бел-97, Жир-74, Угл-301, А-11	404-04

Директор _____

Бухгалтер _____

Зав.
производством _____

14.06.2022 (Меню для оздоровления детей 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
100	Шницель (п/п.)	кКал-196, Бел-12, Жир-13, Угл-6	63-9
1/200	Сок 0,2 л. (персик, яблоко, груша, мультифрукт)	кКал-43, Угл-11	27-13
160	Гречка отварная с маслом <i>Крупа гречневая, Соль йодированная, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-281, Бел-9, Жир-6, Угл-48	24-29
200/10	Чай с сахаром с лимоном <i>Чай черный, Сахар-песок, Лимоны свежие</i>	кКал-62, Угл-15	5-63
40	Хлеб пшеничный	кКал-141, Бел-5, Угл-30	4-24
Итого за Завтрак		кКал-723, Бел-26, Жир-19, Угл-110	125-19
<u>Обед</u>			
25	Помидоры свежие (порции)	кКал-12, Угл-3	15-82
250	Борщ с капустой и картофелем <i>Свекла, Капуста, Морковь, Сахар-песок, Сметана 15%, Картофель, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная, Зелень суш. Приправа, Перец ч.м</i>	кКал-139, Бел-2, Жир-8, Угл-14	35-5
30	Мясо отварное	кКал-762, Бел-77, Жир-50	45-43
150	Печень, тушенная в соусе <i>Печень говяжья ДП замороженная, Масло подсолнечное ДП, Мука пшеничная 1с, Сметана 15%, Соль йодированная, Лук репчатый, Морковь, Зелень суш. Приправа, Перец ч.м</i>	кКал-200, Бел-18, Жир-21, Угл-11, А-16	80-34
180	Картофельное пюре с маслом <i>Картофель, Молоко, Масло сливочное обогащенное, Соль йодированная</i>	кКал-117, Бел-3, Жир-7, Угл-29	56-14
200	Компот из кураги <i>Курага, Сахар-песок</i>	кКал-61, Угл-15	14-74
50	Хлеб пшеничный	кКал-176, Бел-6, Жир-1, Угл-37	5-29
65	Хлеб ржаной	кКал-189, Бел-4, Жир-1, Угл-22	7
Итого за Обед		кКал-1 656, Бел-110, Жир-88, Угл-131, А-16	260-26
<u>Полдник</u>			
200	Сок фруктовый	кКал-92, Бел-1, Угл-20	17-43
50	Ватрушка с творогом <i>Мука пшеничная 1с, Сахар-песок, Яйцо диетическое, Масло сливочное обогащенное, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная, Дрожжи сухие, Творог 9% жирн.</i>	кКал-183, Бел-6, Жир-2, Угл-35	28-04
160	Яблоки свежие	кКал-75, Угл-16	43-78
Итого за Полдник		кКал-350, Бел-7, Жир-2, Угл-71	89-25
Итого за		кКал-2 729, Бел-143, Жир-109, Угл-312, А-16	474-7

Директор _____

Бухгалтер _____

Зав. производством _____

15.06.2022 (Меню для оздоровления детей 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
125	Десерт творожный		45-33
1/200	Сок 0,2 л. (персик, яблоко, груша, мультифрукт)	кКал-43, Угл-11	27-13
200	Каша пшеничная на молоке с маслом <i>Крупа пшеничная, Соль йодированная, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-352, Бел-12, Жир-7, Угл-60	15-51
200	Кофейный напиток на молоке <i>Кофейный напиток обогащенный ДП, Молоко, Сахар-песок</i>	кКал-108, Бел-3, Жир-3, Угл-18	20-44
25	Хлеб пшеничный	кКал-88, Бел-3, Угл-18	2-65
Итого за Завтрак		кКал-591, Бел-18, Жир-10, Угл-107	111-06
<u>Обед</u>			
60	Свежий огурец (порция)	кКал-18, Бел-1, Угл-3	15-75
200	Суп картофельный с рисовой крупой <i>Крупа рисовая, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Картофель, Соль йодированная, Приправа, Зелень суш., Перец ч.м, Лист лавровый</i>		23-9
120	Курица отварная	кКал-324, Бел-24, Жир-24, Угл-1	81-73
150	Овощи тушеные <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Капуста, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная</i>	кКал-87, Бел-3, Жир-7, Угл-6	43-54
200	Сок фруктовый	кКал-92, Бел-1, Угл-20	17-43
50	Хлеб пшеничный	кКал-176, Бел-6, Жир-1, Угл-37	5-29
70	Хлеб ржаной	кКал-203, Бел-5, Жир-1, Угл-23	7-53
Итого за Обед		кКал-900, Бел-40, Жир-33, Угл-90	195-17
<u>Полдник</u>			
200	Молоко	кКал-98, Бел-3, Жир-3, Угл-98	28-14
100	Плюшка Хабаровская		26-25
160	Яблоки свежие	кКал-75, Угл-16	43-78
Итого за Полдник		кКал-173, Бел-3, Жир-3, Угл-114	98-17
Итого за		кКал-1 664, Бел-61, Жир-46, Угл-311	404-4

Директор _____

Бухгалтер _____

Зав. производством _____

15.06.2022 (Меню для оздоровления детей 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
125	<i>Десерт творожный</i>		45-33
1/200	<i>Сок 0,2 л. (персик, яблоко, груша, мультифрукт)</i>	кКал-43, Угл-11	27-13
250	<i>Каша пшеничная на молоке с маслом</i> <small>Крупа пшеничная, Соль йодированная, Масло сливочное обогащенное, Сахар-песок</small>	кКал-440, Бел-15, Жир-9, Угл-75	20-22
200	<i>Кофейный напиток на молоке</i> <small>Кофейный напиток обогащенный ДП, Молоко, Сахар-песок</small>	кКал-108, Бел-3, Жир-3, Угл-18	20-44
25	<i>Хлеб пшеничный</i>	кКал-88, Бел-3, Угл-18	2-65
Итого за Завтрак		кКал-679, Бел-21, Жир-12, Угл-122	115-77
<u>Обед</u>			
100	<i>Свежий огурец (порция)</i>	кКал-30, Бел-2, Угл-6	26-25
250	<i>Суп картофельный с рисовой крупой</i> <small>Крупа рисовая, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Картофель, Соль йодированная, Приправа, Зелень суш., Перец ч.м, Лист лавровый</small>		29-92
180	<i>Курица отварная</i>	кКал-485, Бел-36, Жир-36, Угл-2	122-09
180	<i>Овощи тушеные</i> <small>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Капуста, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная</small>	кКал-104, Бел-3, Жир-9, Угл-8	52-25
200	<i>Сок фруктовый</i>	кКал-92, Бел-1, Угл-20	17-43
50	<i>Хлеб пшеничный</i>	кКал-176, Бел-6, Жир-1, Угл-37	5-29
70	<i>Хлеб ржаной</i>	кКал-203, Бел-5, Жир-1, Угл-23	7-53
Итого за Обед		кКал-1 090, Бел-53, Жир-47, Угл-96	260-76
<u>Полдник</u>			
200	<i>Молоко</i>	кКал-98, Бел-3, Жир-3, Угл-98	28-14
100	<i>Плюшка Хабаровская</i>		26-25
160	<i>Яблоки свежие</i>	кКал-75, Угл-16	43-78
Итого за Полдник		кКал-173, Бел-3, Жир-3, Угл-114	98-17
Итого за		кКал-1 942, Бел-77, Жир-62, Угл-332	474-7

Директор _____

Бухгалтер _____

Зав.
производством _____

16.06.2022 (Меню для оздоровления детей 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
90	Шницель (п/п.)	кКал-177, Бел-11, Жир-12, Угл-6	57-51
150	Рис отварной <i>Крупа рисовая, Масло сливочное обогащенное, Соль йодированная</i>	кКал-205, Бел-4, Жир-6, Угл-34	13-66
200/10	Чай с сахаром с лимоном <i>Чай черный, Сахар-песок, Лимоны свежие</i>	кКал-62, Угл-15	5-63
50	Хлеб пшеничный	кКал-176, Бел-6, Жир-1, Угл-37	5-29
Итого за Завтрак		кКал-620, Бел-21, Жир-19, Угл-92	82-09
<u>Обед</u>			
60	Салат из свежих помидоров с перцем <i>Помидоры свежие, Лук зеленый, Перец сладкий, Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-66, Бел-1, Жир-6, Угл-2	37-11
200/20	Суп картофельный с мясными фрикадельками <i>Картофель, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Фрикадельки мясные, Зелень суш, Приправа, Перец ч.м, Лист лавровый</i>	кКал-147, Бел-8, Жир-6, Угл-16	48-32
90/10	Рыба тушеная с овощами <i>Филе Минтай, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста /530 гр/, Сахар-песок, Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-113, Бел-14, Жир-4, Угл-5	72-66
160	Картофельное пюре с маслом <i>Картофель, Молоко, Масло крестьянское, Соль йодированная</i>	кКал-104, Бел-2, Жир-7, Угл-26	46-82
200	Компот из изюма <i>Изюм, Сахар-песок</i>	кКал-150, Бел-1, Угл-37	12-29
35	Хлеб пшеничный	кКал-123, Бел-4, Угл-26	3-71
30	Хлеб ржаной	кКал-87, Бел-2, Угл-10	3-23
Итого за Обед		кКал-790, Бел-32, Жир-23, Угл-122	224-14
<u>Полдник</u>			
200	Молоко	кКал-98, Бел-3, Жир-3, Угл-98	28-14
100	Ватрушка с конфитюром	кКал-219, Бел-7, Жир-3, Угл-42	26-25
160	Яблоки свежие	кКал-75, Угл-16	43-78
Итого за Полдник		кКал-392, Бел-10, Жир-6, Угл-156	98-17
Итого за		кКал-1 802, Бел-63, Жир-48, Угл-370	404-4

Директор _____

Бухгалтер _____

Зав. производством _____

16.06.2022 (Меню для оздоровления детей 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
100	Шницель (п/п.)	кКал-196, Бел-12, Жир-13, Угл-6	63-9
180	Рис отварной	кКал-246, Бел-5, Жир-7, Угл-41	16-39
<i>Крупа рисовая, Масло сливочное обогащенное, Соль йодированная</i>			
200/10	Чай с сахаром с лимоном	кКал-62, Угл-15	5-63
<i>Чай черный, Сахар-песок, Лимоны свежие</i>			
50	Хлеб пшеничный	кКал-176, Бел-6, Жир-1, Угл-37	5-29
Итого за Завтрак		кКал-680, Бел-23, Жир-21, Угл-99	91-21
<u>Обед</u>			
100	Салат из свежих помидоров с перцем	кКал-110, Бел-1, Жир-10, Угл-4	61-85
<i>Помидоры свежие, Лук зеленый, Перец сладкий, Масло подсолнечное ДП</i>			
250/20	Суп картофельный с мясными фрикадельками	кКал-180, Бел-10, Жир-7, Угл-20	59-29
<i>Картофель, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Фрикадельки мясные, Зелень суш., Приправа, Перец ч.м, Лист лавровый</i>			
110/10	Рыба тушеная с овощами	кКал-135, Бел-17, Жир-5, Угл-6	81-33
<i>Филе Минтай, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста /530 гр/, Сахар-песок, Масло подсолнечное ДП</i>			
180	Картофельное пюре с маслом	кКал-117, Бел-3, Жир-7, Угл-29	52-68
<i>Картофель, Молоко, Масло крестьянское, Соль йодированная</i>			
200	Компот из изюма	кКал-150, Бел-1, Угл-37	12-29
<i>Изюм, Сахар-песок</i>			
35	Хлеб пшеничный	кКал-123, Бел-4, Угл-26	3-71
30	Хлеб ржаной	кКал-87, Бел-2, Угл-10	3-23
Итого за Обед		кКал-902, Бел-38, Жир-29, Угл-132	274-38
<u>Полдник</u>			
200	Молоко	кКал-98, Бел-3, Жир-3, Угл-98	28-14
100	Ватрушка с конфитюром	кКал-219, Бел-7, Жир-3, Угл-42	26-25
200	Яблоки свежие	кКал-94, Угл-20	54-72
Итого за Полдник		кКал-411, Бел-10, Жир-6, Угл-160	109-11
Итого за		кКал-1 993, Бел-71, Жир-56, Угл-391	474-7

Директор _____

Бухгалтер _____

Зав.
производством _____

17.06.2022 (Меню для оздоровления детей 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
200	Каша манная молочная жидкая <i>Крупа манная, Сахар-песок, Молоко, Масло сливочное обогащенное, Соль йодированная</i>	кКал-254, Бел-8, Жир-10, Угл-33	22-96
15	Сыр твердый порциями	кКал-52, Бел-4, Жир-4, А-32	15-62
1/50	Яйцо отварное	кКал-63, Бел-5, Жир-5	14
200	Какао с молоком <i>Какао, Молоко, Сахар-песок</i>	кКал-144, Бел-4, Жир-3, Угл-25	21-7
40	Хлеб пшеничный	кКал-141, Бел-5, Угл-30	4-24
Итого за Завтрак		кКал-654, Бел-26, Жир-22, Угл-88, А-32	78-52
<u>Обед</u>			
25	Горошек зеленый консервированный <i>Горошек зеленый консервы /400гр/, Масло подсолнечное ДП, Зелень суш</i>	кКал-33, Бел-1, Жир-1, Угл-3	7-17
200/15	Суп картофельный с рыбными консервами <i>Скумбрия с добавлением масла, Картофель, Крупа рисовая, Лук репчатый, Морковь, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная, Зелень суш, Приправа</i>	кКал-144, Бел-8, Жир-6, Угл-14	36-08
80/10	Бефстроганов из отварной говядины <i>Говядина, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Морковь, Соль йодированная, Сметана 15%, Мука пшеничная 1с, Перец ч.м. Приправа</i>	кКал-279, Бел-22, Жир-20, Угл-3	142-2
150	Макаронные изделия отварные <i>Макаронные изделия /Рожки/, Масло крестьянское, Соль йодированная</i>	кКал-1 034, Бел-38, Жир-6, Угл-208	9
200	Сок фруктовый	кКал-92, Бел-1, Угл-20	17-43
50	Хлеб пшеничный	кКал-176, Бел-6, Жир-1, Угл-37	5-29
70	Хлеб ржаной	кКал-203, Бел-5, Жир-1, Угл-23	7-53
Итого за Обед		кКал-1 961, Бел-81, Жир-35, Угл-308	224-7
<u>Полдник</u>			
200	Кефир	кКал-117, Бел-3, Жир-3, Угл-7	31-15
100	Ватрушка с конфитюром	кКал-219, Бел-7, Жир-3, Угл-42	26-25
160	Яблоки свежие	кКал-75, Угл-16	43-78
Итого за Полдник		кКал-411, Бел-10, Жир-6, Угл-65	101-18
Итого за		кКал-3 026, Бел-117, Жир-63, Угл-461, А-32	404-4

Директор _____

Бухгалтер _____

Зав.
производством _____

17.06.2022 (Меню для оздоровления детей 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
250	Каша манная молочная жидкая <i>Крупа манная, Сахар-песок, Молоко, Масло сливочное обогащенное, Соль йодированная</i>	кКал-317, Бел-10, Жир-12, Угл-41	28-7
15	Сыр твердый порциями	кКал-52, Бел-4, Жир-4, А-32	15-62
1/50	Яйцо отварное	кКал-63, Бел-5, Жир-5	14
200	Какао с молоком <i>Какао, Молоко, Сахар-песок</i>	кКал-144, Бел-4, Жир-3, Угл-25	21-7
40	Хлеб пшеничный	кКал-141, Бел-5, Угл-30	4-24
Итого за Завтрак		кКал-717, Бел-28, Жир-24, Угл-96, А-32	84-26
<u>Обед</u>			
25	Горошек зеленый консервированный <i>Горошек зеленый консервы /400гр/, Масло подсолнечное ДП, Зелень суш</i>	кКал-33, Бел-1, Жир-1, Угл-3	7-17
250/15	Суп картофельный с рыбными консервами <i>Скумбрия с добавлением масла, Картофель, Крупа рисовая, Лук репчатый, Морковь, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная, Зелень суш, Приправа</i>	кКал-177, Бел-10, Жир-8, Угл-17	44-48
100/10	Бефстроганов из отварной говядины <i>Говядина, Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Морковь, Соль йодированная, Сметана 15%, Мука пшеничная 1с, Перец ч.м, Приправа</i>	кКал-341, Бел-27, Жир-24, Угл-4	185-62
180	Макаронные изделия отварные <i>Макаронные изделия /Рожки/, Масло крестьянское, Соль йодированная</i>	кКал-1 241, Бел-46, Жир-7, Угл-249	10-8
200	Сок фруктовый	кКал-92, Бел-1, Угл-20	17-43
50	Хлеб пшеничный	кКал-176, Бел-6, Жир-1, Угл-37	5-29
70	Хлеб ржаной	кКал-203, Бел-5, Жир-1, Угл-23	7-53
Итого за Обед		кКал-2 263, Бел-96, Жир-42, Угл-353	278-32
<u>Полдник</u>			
200	Кефир	кКал-117, Бел-3, Жир-3, Угл-7	31-15
100	Ватрушка с конфитюром	кКал-219, Бел-7, Жир-3, Угл-42	26-25
200	Яблоки свежие	кКал-94, Угл-20	54-72
Итого за Полдник		кКал-430, Бел-10, Жир-6, Угл-69	112-12
Итого за		кКал-3 410, Бел-134, Жир-72, Угл-518, А-32	474-7

Директор _____

Бухгалтер _____

Зав. производством _____

20.06.2022 (Меню для оздоровления детей 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
200	Каша манная молочная жидкая <i>Крупа манная, Сахар-песок, Молоко, Масло крестьянское, Соль йодированная</i>	кКал-254, Бел-8, Жир-10, Угл-33	20-89
15	Сыр твердый порциями	кКал-52, Бел-4, Жир-4, А-32	15-62
1/50	Яйцо отварное	кКал-63, Бел-5, Жир-5	14
200	Какао с молоком <i>Какао, Молоко, Сахар-песок</i>	кКал-144, Бел-4, Жир-3, Угл-25	21-7
25	Хлеб пшеничный	кКал-88, Бел-3, Угл-18	2-65
Итого за Завтрак		кКал-601, Бел-24, Жир-22, Угл-76, А-32	74-86
<u>Обед</u>			
60	Свежие огурцы (порции)	кКал-61, Жир-6, Угл-1	23-1
200/15	Суп картофельный с рыбными консервами <i>Скумбрия с добавлением масла, Картофель, Крупа рисовая, Лук репчатый, Морковь, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная, Зелень суш, Перец ч.м</i>	кКал-144, Бел-8, Жир-6, Угл-14	39-51
50/15	Гуляш из отварной говядины <i>Говядина, Лук репчатый, Томат-паста /530 гр/, Мука пшеничная 1с, Соль йодированная, Масло подсолнечное ДП, Морковь, Зелень суш, Перец ч.м</i>	кКал-139, Бел-14, Жир-7, Угл-5	100-27
150	Макаронные изделия отварные <i>Макаронные изделия /Рожки/, Масло сливочное обоглащенное, Соль йодированная</i>	кКал-1 034, Бел-38, Жир-6, Угл-208	11-95
200	Сок фруктовый	кКал-92, Бел-1, Угл-20	17-43
25	Хлеб пшеничный	кКал-88, Бел-3, Угл-18	2-65
25	Хлеб ржаной	кКал-73, Бел-2, Угл-8	2-69
Итого за Обед		кКал-1 631, Бел-66, Жир-25, Угл-274	197-6
<u>Полдник</u>			
200	Молоко	кКал-98, Бел-3, Жир-3, Угл-98	28-14
100	Пирожок с малиновым джемом	кКал-251, Бел-5, Жир-5, Угл-45	52-5
150	Яблоки свежие	кКал-71, Угл-15	51-3
Итого за Полдник		кКал-420, Бел-8, Жир-8, Угл-158	131-94
Итого за		кКал-2 652, Бел-98, Жир-55, Угл-508, А-32	404-4

Директор _____

Бухгалтер _____

Зав. производством _____

20.06.2022 (Меню для оздоровления детей 12-18)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
250	Каша манная молочная жидкая <i>Крупа манная, Сахар-песок, Молоко, Масло сливочное обогащенное, Соль йодированная</i>	кКал-317, Бел-10, Жир-12, Угл-41	28-7
15	Сыр твердый порциями	кКал-52, Бел-4, Жир-4, А-32	15-62
50	Яйцо отварное	кКал-62, Бел-5, Жир-5	13-73
200	Какао с молоком <i>Какао, Молоко, Сахар-песок</i>	кКал-144, Бел-4, Жир-3, Угл-25	21-7
50	Хлеб пшеничный	кКал-176, Бел-6, Жир-1, Угл-37	5-29
Итого за Завтрак		кКал-751, Бел-29, Жир-25, Угл-103, А-32	85-04
<u>Обед</u>			
60	Свежие огурцы (порции)	кКал-61, Жир-6, Угл-1	23-1
250/15	Суп картофельный с рыбными консервами <i>Скумбрия с добавлением масла, Картофель, Крупа рисовая, Лук репчатый, Морковь, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная, Зелень суш</i>	кКал-177, Бел-10, Жир-8, Угл-17	50-85
80/20	Гуляш из отварной говядины <i>Говядина, Лук репчатый, Томат-паста /530 гр/, Мука пшеничная 1с, Соль йодированная, Масло подсолнечное ДП, Морковь</i>	кКал-214, Бел-21, Жир-10, Угл-8	157-73
180	Макаронные изделия отварные <i>Макаронные изделия /Рожки/, Масло сливочное обогащенное, Соль йодированная</i>	кКал-1 241, Бел-46, Жир-7, Угл-249	14-35
200	Сок фруктовый	кКал-92, Бел-1, Угл-20	17-43
40	Хлеб пшеничный	кКал-141, Бел-5, Угл-30	4-24
40	Хлеб ржаной	кКал-116, Бел-3, Жир-1, Угл-13	4-31
Итого за Обед		кКал-2 042, Бел-86, Жир-32, Угл-338	272-01
<u>Полдник</u>			
220	Молоко	кКал-108, Бел-4, Жир-3, Угл-108	30-95
100	Пирожок с клубничным джемом	кКал-278, Бел-8, Жир-6, Угл-50	52-5
100	Яблоки свежие	кКал-47, Угл-10	34-2
Итого за Полдник		кКал-433, Бел-12, Жир-9, Угл-168	117-65
Итого за		кКал-3 226, Бел-127, Жир-66, Угл-609, А-32	474-7

Директор _____

Бухгалтер _____

Зав. производством _____

21.06.2022 (Меню для оздоровления детей 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
90	Котлета "Домашняя"	кКал-199, Бел-12, Жир-13, Угл-6	64-97
1/200	Сок 0,2 л. (персик, яблоко, груша, мультифрукт)	кКал-43, Угл-11	27-13
150	Гречка отварная с маслом <i>Крупа гречневая, Соль йодированная, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-264, Бел-9, Жир-5, Угл-45	22-77
200/10	Чай с сахаром с лимоном <i>Чай черный, Сахар-песок, Лимоны свежие</i>	кКал-62, Угл-15	5-63
25	Хлеб пшеничный	кКал-88, Бел-3, Угл-18	2-65
Итого за Завтрак		кКал-656, Бел-24, Жир-18, Угл-95	123-15
<u>Обед</u>			
25	Кукуруза в зернах консервированная	кКал-39, Бел-2, Жир-2, Угл-4	12-43
200	Рассольник со сметаной <i>Картофель, Крупа перловая, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консервированные /360гр/, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная, Сметана 15%, Приправа, Перец ч.м, Зелень суш, Лист лавровый</i>	кКал-180, Бел-5, Жир-8, Угл-23	26-71
10	Мясо отварное	кКал-254, Бел-26, Жир-17	15-14
80/30	Рыба тушеная с овощами <i>Филе Минтай, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста /530 гр/, Сахар-песок, Масло подсолнечное ДП</i>	кКал-124, Бел-16, Жир-4, Угл-5	70-96
150	Картофельное пюре с маслом <i>Картофель, Молоко, Масло крестьянское, Соль йодированная</i>	кКал-97, Бел-2, Жир-6, Угл-24	43-9
200	Компот из сухофруктов <i>Сухофрукты, Сахар-песок</i>	кКал-114, Бел-1, Угл-28	9-49
25	Хлеб пшеничный	кКал-88, Бел-3, Угл-18	2-65
25	Хлеб ржаной	кКал-73, Бел-2, Угл-8	2-69
Итого за Обед		кКал-969, Бел-57, Жир-37, Угл-110	183-97
<u>Полдник</u>			
200	Кефир	кКал-117, Бел-3, Жир-3, Угл-7	31-15
80	Слойка с сыром	кКал-57, Бел-13, Жир-26, Угл-1	39
1/200	Сок 0,2 л. (персик, яблоко, груша, мультифрукт)	кКал-43, Угл-11	27-13
Итого за Полдник		кКал-217, Бел-16, Жир-29, Угл-19	97-28
Итого за		кКал-1 842, Бел-97, Жир-84, Угл-224	404-4

Директор _____

Бухгалтер _____

Зав. производством _____

21.06.2022 (Меню для оздоровления детей 12-18)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
100	Котлета "Домашняя"	кКал-221, Бел-13, Жир-15, Угл-7	72-19
1/200	Сок 0,2 л. (персик, яблоко, груша, мультифрукт)	кКал-43, Угл-11	27-13
190	Гречка отварная с маслом <i>Крупа гречневая, Соль йодированная, Масло сливочное обогащенное</i>	кКал-334, Бел-11, Жир-7, Угл-57	28-84
200/10	Чай с сахаром с лимоном <i>Чай черный, Сахар-песок, Лимоны свежие</i>	кКал-62, Угл-15	5-63
25	Хлеб пшеничный	кКал-88, Бел-3, Угл-18	2-65
Итого за Завтрак		кКал-748, Бел-27, Жир-22, Угл-108	136-44
<u>Обед</u>			
25	Кукуруза в зернах консервированная	кКал-39, Бел-2, Жир-2, Угл-4	12-43
250	Рассольник со сметаной <i>Картофель, Крупа перловая, Морковь, Лук репчатый, Огурцы консервированные /360гр/, Масло подсолнечное ДЦ, Соль йодированная, Сметана 15%, Приправа, Перец ч.м, Зелень суш., Лист лавровый</i>	кКал-225, Бел-7, Жир-10, Угл-28	53-42
10	Мясо отварное	кКал-254, Бел-26, Жир-17	15-14
90/30	Рыба тушеная с овощами <i>Филе Минтай, Соль йодированная, Морковь, Лук репчатый, Томат-паста /530 гр/, Сахар-песок, Масло подсолнечное ДЦ</i>	кКал-135, Бел-17, Жир-5, Угл-6	92-48
180	Картофельное пюре с маслом <i>Картофель, Молоко, Масло крестьянское, Соль йодированная</i>	кКал-117, Бел-3, Жир-7, Угл-29	52-68
200	Компот из сухофруктов <i>Сухофрукты, Сахар-песок</i>	кКал-114, Бел-1, Угл-28	9-49
25	Хлеб пшеничный	кКал-88, Бел-3, Угл-18	2-65
25	Хлеб ржаной	кКал-73, Бел-2, Угл-8	2-69
Итого за Обед		кКал-1 045, Бел-61, Жир-41, Угл-121	240-98
<u>Полдник</u>			
200	Кефир	кКал-117, Бел-3, Жир-3, Угл-7	31-15
80	Слойка с сыром	кКал-57, Бел-13, Жир-26, Угл-1	39
1/200	Сок 0,2 л. (персик, яблоко, груша, мультифрукт)	кКал-43, Угл-11	27-13
Итого за Полдник		кКал-217, Бел-16, Жир-29, Угл-19	97-28
Итого за		кКал-2 010, Бел-104, Жир-92, Угл-248	474-7

Директор _____

Бухгалтер _____

Зав.
производством _____

22.06.2022 (Меню для оздоровления детей 7-11)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
200	Йогурт	кКал-87, Бел-5, Жир-3, Угл-9, А-20	33-75
170	Запеканка творожная <i>Творог 9% жирн., Крупа манная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Масло крестьянское, Сметана 15%, Молоко</i>	кКал-252, Бел-9, Жир-13, Угл-6, А-520, Е-1	78-84
200	Какао с молоком <i>Какао, Молоко, Сахар-песок</i>	кКал-144, Бел-4, Жир-3, Угл-25	21-7
20	Хлеб пшеничный	кКал-71, Бел-2, Угл-15	2-12
Итого за Завтрак		кКал-554, Бел-20, Жир-19, Угл-55, А-540, Е-1	136-41
<u>Обед</u>			
60	Салат из свежих помидор		36-75
200	Суп картофельный с бобовыми <i>Горох колотый, Картофель, Морковь, Зелень суш., Лук репчатый, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная, Приправа, Перец ч.м</i>	кКал-108, Бел-2, Жир-4, Угл-15	24-87
75	Голубцы (п/п)	кКал-228, Бел-14, Жир-14, Угл-11	39-38
150	Овощи тушеные <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Капуста, Масло подсолнечное ДП, Соль йодированная</i>	кКал-87, Бел-3, Жир-7, Угл-6	43-54
200	Сок фруктовый	кКал-92, Бел-1, Угл-20	17-43
25	Хлеб пшеничный	кКал-88, Бел-3, Угл-18	2-65
25	Хлеб ржаной	кКал-73, Бел-2, Угл-8	2-69
Итого за Обед		кКал-676, Бел-25, Жир-25, Угл-78	167-31
<u>Полдник</u>			
200	Молоко	кКал-98, Бел-3, Жир-3, Угл-98	28-14
75	Кекс "Творожный"		31-5
150	Яблоки свежие	кКал-71, Угл-15	41-04
Итого за Полдник		кКал-169, Бел-3, Жир-3, Угл-113	100-68
Итого за		кКал-1 399, Бел-48, Жир-47, Угл-246, А-540, Е-1	404-4

Директор _____

Бухгалтер _____

Зав. производством _____

22.06.2022 (Меню для оздоровления детей 12-18)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
200	Йогурт	кКал-87, Бел-5, Жир-3, Угл-9, А-20	33-75
180	Запеканка творожная <i>Творог 9 % жирн., Крупа манная, Яйцо диетическое, Сахар-песок, Масло крестьянское, Сметана 15%, Молоко</i>	кКал-267, Бел-10, Жир-13, Угл-7, А-551, Е-1	82-9
200	Какао с молоком <i>Какао, Молоко, Сахар-песок</i>	кКал-144, Бел-4, Жир-3, Угл-25	21-7
20	Хлеб пшеничный	кКал-71, Бел-2, Угл-15	2-12
Итого за Завтрак		кКал-569, Бел-21, Жир-19, Угл-56, А-571, Е-1	140-47
<u>Обед</u>			
100	Салат из свежих помидор		61-25
250	Суп картофельный с бобовыми <i>Горох колотый, Картофель, Морковь, Зелень суш. Лук репчатый, Масло подсолнечное ДПП, Соль йодированная, Приправа, Перец ч.л</i>	кКал-135, Бел-3, Жир-5, Угл-19	31-1
100	Голубцы (п/п)	кКал-304, Бел-19, Жир-19, Угл-14	52-5
180	Овощи тушеные <i>Картофель, Морковь, Лук репчатый, Капуста, Масло подсолнечное ДПП, Соль йодированная</i>	кКал-104, Бел-3, Жир-9, Угл-8	52-25
200	Сок фруктовый	кКал-92, Бел-1, Угл-20	17-43
25	Хлеб пшеничный	кКал-88, Бел-3, Угл-18	2-65
25	Хлеб ржаной	кКал-73, Бел-2, Угл-8	2-69
Итого за Обед		кКал-796, Бел-31, Жир-33, Угл-87	219-87
<u>Полдник</u>			
200	Молоко	кКал-98, Бел-3, Жир-3, Угл-98	28-14
75	Кекс "Творожный"		31-5
200	Яблоки свежие	кКал-94, Угл-20	54-72
Итого за Полдник		кКал-192, Бел-3, Жир-3, Угл-118	114-36
Итого за		кКал-1 557, Бел-55, Жир-55, Угл-261, А-571, Е-1	474-7

Директор _____

Бухгалтер _____

Зав.
производством _____