

# М Е Н Ю

День: ПОНЕДЕЛЬНИК

Неделя: 9

Сезон: \_\_\_\_\_

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи. Наименование блюда	Масса порции и	Пищевые вещества (в гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамины (мг.)						Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe			
83	Салат из свежей капусты	100	2.76	2.6	12.72	82	0.066	32.7	53	0	45	32	10	0.59			
258	Суп молочный с макаронными изделиями	250	5.59	5.87	21.34	161	0.02	0.3	20	0.2	80.7	67.3	10.1	0.2			
658	Котлеты из говядины с маслом сливочным	100/5	18.96	25.1	29.57	386	0.07	0.2	20	0.6	44	150	29	1.3			
759	Картофельное пюре	150	4.55	5.63	21.88	181	0.08	8.8	20	1.5	38.9	59.8	17	0.6			
1008	Чай сладкий	200	0.24	0.05	15.5	59	0	0	0	0	0	0	0	0			
	Хлеб ржаной	66	4.36	0.73	27.98	136	32	0	6.6	2.62	2	34	114	9			
	Кефир		36.46	39.98	129.04	1005	32.24	42	119.6	4.92	210.6	343.1	180.1	11.69			



И.О. Директор  
За производством

*(Handwritten signatures)*

И.Н. Скрыбина  
И.В. Взорова

# МЕНЮ

День: ВТОРНИК

Неделя: 9

Сезон: \_\_\_\_\_

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи. Наименование блюда	Мас са порции	Пищевые вещества (в гр.)			Энерг. ценность (ккал.)	Витамины (мг.)							Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
103	Винегрет овощной	100	6.8	7.01	3.3	64	0.1	0.4	0.4	0.01	12	8	10	12				
221	Суп гороховый с курицей	250/25	5.91	7.76	24.84	200	0.07	2.9	306	0.8	22.6	34.6	12	0.9				
241/ 219	Котлета рыбная (рыба жареная) с маслом сливочным	75/5	19.1	11	9.2	226.8	0.03	0.01	0.01	0.2	25	200	30	0.5				
759	Картофель отварной	150	4.6	5.86	21.92	183	0.08	8.7	20	1.5	38.6	59.6	17	0.6				
933	Компот из с/ф	200	0.22	0	19.43	77	0.003	0.2	100	0	12.6	19.8	9.7	0.3				
	Хлеб ржаной	66	4.36	0.73	27.98	136	32	0	6.6	2.62	2	34	114	9				
	<b>Итого</b>	<b>409</b>	<b>32.36</b>	<b>106.67</b>	<b>886.8</b>	<b>32.28</b>	<b>12.21</b>	<b>443.01</b>	<b>5.13</b>	<b>112.8</b>	<b>356</b>	<b>192.7</b>	<b>12.5</b>					

И.О

Директор  
Зав. производством



*[Handwritten signature]*

*[Handwritten signature]*

И.Н. Скрыбина  
И.В. Взорова

# МЕНЮ

День: среда

Неделя: 9

Сезон: \_\_\_\_\_

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи. Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (в гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамины (мг.)							Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe				
208	Рассолыник Ленингр. с куррой и сметаной	250/25/5	7.66	7.72	26.24	207	0.05	5.16	400	0.6	11	37.1	13.7	0.5				
668	Тфтели (ежкики) из говядины в соусе	60/50	14.1	16.7	13.4	266	0.03	1.4	54	0.5	21.3	100.3	14.5	1.4				
443	Макаронны отварные	150	5.38	6.03	32.98	202	0.057	0	0	0	9	0	0	7.812				
1008	Чай сладкий	200	0.24	0.05	15.13	59	0	0	0	0	0	0	0	0				
	Сдоба обыкновенная	100	5.9	8.22	72.1	281	0.19	1.4	180	12.7	41.3	4.9	35	3.9				
	Хлеб ржаной	66	4.36	0.73	27.98	136	32	0	6.6	2.62	2	34	114	9				
	<b>Итого</b>		<b>37.64</b>	<b>39.45</b>	<b>187.85</b>	<b>1151</b>	<b>32.33</b>	<b>7.96</b>	<b>640.6</b>	<b>16.42</b>	<b>84.60</b>	<b>176.3</b>	<b>176.9</b>	<b>22.61</b>				

Директор  
Зав. производством



*[Handwritten signature]*

*[Handwritten signature]*

И.Н. Скрыбина  
И.В. Взорова



# МЕНЮ

День: ЧЕТВЕРГ

Неделя: 9

Сезон: \_\_\_\_\_

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи. Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (в гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамины (мг.)					Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe		
215	Суп картофельный с курой	250/25	5	4.58	16.2	145	0.06	6	200	0.09	11.1	36.3	14.8	0.6		
642	Плов с говядиной	250	39.2	37.5	89.7	858	0.06	0.8	500	4.4	40.4	63.1	40.7	1.6		
1008	Чай сладкий	200	0.24	0.05	15.4	59	0	0	0	0	0	0	0	0		
1091	Пирог с мармеладом	75	3.83	4.17	78.28	167	0.3	0.7	30	2.7	28.1	2.7	17.8	1.8		
	Хлеб ржаной	66	4.36	0.73	27.98	136	32	0	6.6	2.62	2	34	114	9		
	<b>ИТОГО</b>		<b>52.63</b>	<b>47.03</b>	<b>227.3</b>	<b>1364</b>	<b>32.42</b>	<b>75</b>	<b>736.6</b>	<b>9.81</b>	<b>81.6</b>	<b>136.1</b>	<b>157.3</b>	<b>13</b>		

Директор  
Зав. производством

И.Н. Скрыбина  
И.В. Взорова



Ч.О

# МЕНЮ

День: ПЯТНИЦА

Неделя: 9

Сезон: \_\_\_\_\_

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи. Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (в гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамины (мг.)							
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe
8	Бутерброд с колбасой	30/30	15	38	47	275	0.17	0	2.2	2.3	13	60	57	0.6
197	Щи из свежей капусты с курой и со сметаной	250/25/5	9.7	13.4	11.6	220	0.02	6.2	70	0.3	22	76	10	0.3
1085	Оладьи с повидлом	150/20	7.8	12	39.4	326	0.3	0.4	85	1.9	92	88.7	13.7	0.6
	Йогурт фруктовый	200	6	6	30	160	0.05	0.96	0.02	0.01	198.4	95	15	0.2
	Хлеб ржаной	66	4.36	0.73	27.98	136	32	0	6.6	2.62	2	34	114	9
	<b>ИТОГО</b>		<b>42.86</b>	<b>70.13</b>	<b>155.98</b>	<b>794.26</b>	<b>32.54</b>	<b>7.56</b>	<b>163.82</b>	<b>7.13</b>	<b>327.4</b>	<b>353.7</b>	<b>209.7</b>	<b>10.7</b>

И.О.

Директор  
Зав. производством

И.Н. Скрабина  
И.В. Взорова

