СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
Директор
ООО "Общественное питание"
М.Л. Фомин
23.03.2026

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 1 - 4 классы

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ЗАВТРАК	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	220	6,50	6,00	31,20	226	11/4
	Хлеб с сыром	60	7,32	4,34	22,67	158,19	3/13
	Чай с молоком	200	0,10	0,00	9,20	36	11/10
	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,04	0,39	11,94	59,4	575
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**500**	**15,96**	**10,73**	**75,01**	**479,59**	
День 2							
ЗАВТРАК	Плов из мяса кур	250	14,21	18,70	23,36	276,68	4/9
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,40	0,00	29,00	122	516
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	3,04	0,32	19,68	93,2	1
	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,04	0,39	11,94	59,4	575
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**500**	**20,69**	**19,41**	**83,98**	**551,28**	
День 3							
ЗАВТРАК	Кнели рыбные паровые	100	8,80	10,78	1,60	120,6	10/7
	Картофельное пюре	150	3,10	4,20	24,59	135	3/3
	Напиток из шиповника	200	0,20	0,10	12,36	65	15/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	3,04	0,32	19,68	93,2	1
	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,04	0,39	11,94	59,4	575
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**500**	**17,18**	**15,79**	**70,17**	**473,2**	
День 4							
ЗАВТРАК	Котлеты "Пермские"	90	11,44	13,90	19,44	156,61	341
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	160	7,60	6,80	23,80	225,81	44/3
	Напиток лимонный	200	0,08	0,00	24,24	99,08	436
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	1,52	0,16	9,84	46,6	1
	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,04	0,39	11,94	59,4	575
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**500**	**22,68**	**21,25**	**89,26**	**587,5**	
День 5							
ЗАВТРАК	Бефстроганов из отварного мяса свинины	100	13,04	14,72	6,20	205,08	7/8
	Макаронные изделия отварные	160	5,90	4,46	33,04	192,43	43/3
	Компот из сухофруктов	200	0,50	0,00	18,30	72	6/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,28	0,24	14,76	69,9	1
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,6	575
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**510**	**23,08**	**19,68**	**80,26**	**579,01**	
День 6							
ЗАВТРАК	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	220	9,14	9,52	26,52	231,1	6/4
	Хлеб с сыром	60	7,32	4,34	22,67	158,19	1/13
	Кофейный напиток с молоком	200	3,00	2,90	13,40	89	13/10
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,6	575
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**500**	**20,82**	**17,02**	**70,55**	**517,89**	
День 7							
ЗАВТРАК	Курица в соусе томатном	90	11,32	14,65	10,15	219	2/9

	Макаронные изделия отварные	160	7,95	5,70	35,68	182	43/3
	Напиток витаминизированный из концентрата быстрорастворимого промышленного производства	200	0,00	0,00	19,40	78	406
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	1,52	0,16	9,84	46,6	1
	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,04	0,39	11,94	59,4	575
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**500**	**22,83**	**20,9**	**87,01**	**585**	
День 8							
ЗАВТРАК	Котлета "Здоровье"	90	14,16	16,11	21,40	243,6	99
	Картофельное пюре	160	3,10	4,20	20,59	135	3/3
	Напиток лимонный	200	0,08	0,00	24,24	99,08	436
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	1,52	0,16	9,84	46,6	1
	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,04	0,39	11,94	59,4	575
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**500**	**20,9**	**20,86**	**88,01**	**583,68**	
День 9							
ЗАВТРАК	Суфле из мяса кур паровое	100	14,43	15,53	8,54	180,7	8/9
	Рис отварной	150	3,71	3,40	37,09	197	45/3
	Компот из яблок с лимоном	200	0,30	0,20	19,59	103	528
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	1,52	0,16	9,84	46,6	1
	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,04	0,39	11,94	59,4	575
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**500**	**22**	**19,68**	**87**	**586,7**	
День 10							
ЗАВТРАК	Запеканка из творога с рисом	180	13,83	10,39	36,68	259,05	14/5
	Молоко сгущёное	30	2,10	2,37	2,85	40,5	10
	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	9,20	36	11/10
	Хлеб с маслом	60	3,88	7,65	24,73	173,11	1/13
	Батон чайный	30	2,31	0,90	15,03	78,6	б/н
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**500**	**22,22**	**21,31**	**88,49**	**587,26**	
День 11							
ЗАВТРАК	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	220	5,25	10,20	26,88	233,75	16/4
	Кофейный напиток с молоком	200	3,00	2,90	13,40	89	13/10
	Хлеб с сыром	60	7,32	4,34	22,67	158,19	3/13
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,6	575
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**500**	**16,93**	**17,7**	**70,91**	**520,54**	
День 13							
ЗАВТРАК	Азу	250	16,05	18,15	39,77	373,18	370
	Напиток из шиповника	200	0,20	0,10	17,30	65	15/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,28	0,24	14,76	69,9	1
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,6	575
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**500**	**19,89**	**18,75**	**79,79**	**547,68**	
День 12							
ЗАВТРАК	Тефтели из свинины с рисом - "ёжики"	90	8,15	12,18	13,03	159,54	350
	Макаронные изделия отварные	160	6,67	6,23	30,36	216,03	3
	Напиток лимонный	200	0,20	0,10	17,30	65	15/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	1,52	0,16	9,84	46,6	1
	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,04	0,39	11,94	59,4	575
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**500**	**18,58**	**19,06**	**82,47**	**546,57**	
День 14							
ЗАВТРАК	Жаркое по-домашнему из свинины	250	16,91	19,62	46,84	405,23	274
	Компот из яблок и изюма	200	0,30	0,00	18,50	71	2/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	1,52	0,16	9,84	46,6	1
	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,04	0,39	11,94	59,4	575
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**500**	**20,77**	**20,17**	**87,12**	**582,23**	
День 15							
ЗАВТРАК	Гуляш из мяса отварного (свинина) (с маслом растительным)	100	10,72	12,10	10,61	188,68	11/8

	Каша перловая вязкая с маслом сливочным	150	3,13	3,35	29,03	142,23	10/4
	Чай	200	0,00	0,00	9,10	35	10/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	1,52	0,16	9,84	46,6	1
	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,04	0,39	11,94	59,4	575
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**500**	**17,41**	**16**	**70,52**	**471,91**	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**7510**	**301,94**	**278,31**	**1210,55**	**8200,04**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**500,67**	**20,13**	**18,55**	**80,70**	**546,67**	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 256233904371995990837526139856067300059550829989

Владелец Березина Анна Николаевна

Действителен С 28.10.2025 по 28.10.2026