

Тай

18 Марта 2025г.

Меню



Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК	471	404.92
25-Суп молочный с крупой	200	183.20
25-Какао с молоком	200	63.57
25-Яйцо отварное	40	63.47
25-Бутерброд с маслом	25/6	94.68
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	150	65.89
25-Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	65.89
ОБЕД	658	576.06
25-Салат "Морской" (с кальмарами и яблок	60	104.62
25-Суп "Харчо" со сметаной, с мясом	200	123.47
25-Запеканка картофельная с субпродуктам	150/3	229.35
25-Компот из сухофруктов	200	26.43
25-Хлеб пшеничный	20	46.88
25-Хлеб ржаной	25	45.31
ПОЛДНИК	260	370.07
25-Кисломолочный напиток 180/200	200	133.70
25-Булочка "Татарочка" с курагой	60	236.37
УЖИН	550	429.64
25-Овощи натуральные соленые или свежие	50	9.79
25-Капуста, тушенная с мясом	150	209.30
25-Напиток из шиповника	200	63.44
25-Плоды свежие	100	44.40
25-Хлеб пшеничный	25	54.01
25-Хлеб ржаной	25	48.70

Итого калорийность: 1846.58 Ккал.

Баи



19 Марта 2025г.

Меню

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК	443	389.89
25-Каша молочная с фруктами (или тыквой)	200	199.12
25-Кофейный напиток с молоком	200	66.12
25-Бутерброд с маслом и сыром	25/5/13	124.65
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	130	66.17
25-Кисломолочный напиток 100/130	130	66.17
ОБЕД	719	831.75
25-Овощи натуральные соленые или свежие	50	5.45
25-Суп картофельный с мясными фрикадель	200	141.37
25.-Суфле из кур с рисом	70/4	363.55
25-Макаронные изделия отварные с овощами	150	165.52
25-Кисель из ягод свежемороженных	200	60.28
25-Хлеб пшеничный	20	46.88
25-Хлеб ржаной	25	48.70
ПОЛДНИК	260	249.17
25-Компот из ягод замороженных	200	33.43
25-Ватрушка с творогом из дрожжевого тес	60	215.74
УЖИН	610	476.55
25-Кукуруза с яйцом	60	59.84
25-Рагу из овощей с мясом	200	246.55
25-Чай с лимоном	200	25.06
25-Плоды свежие	100	37.80
25-Хлеб пшеничный	25	58.60
25-Хлеб ржаной	25	48.70

Итого калорийность: 2013.53 Ккал.

Тол

20 Марта 2025г.

Меню

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК	440	377.6
25-Омлет натуральный	150	200.17
25-Зеленый горошек или кукуруза консерви	50	20.10
25-Какао с молоком	200	63.57
25-Хлеб пшеничный	40	93.76
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	130	99.45
25-Кисломолочный напиток 100/130	130	99.45
ОБЕД	750	711.65
25-Салат из свеклы (или моркови) с изюм	60	57.43
25-Суп с лапшой, с мясом птицы	200	126.49
25-Котлеты, биточки, шницели рыбные	70	175.19
25-Картофельное пюре	150	137.76
25-Лимонный напиток	200	70.50
25-Хлеб пшеничный	20	46.88
25-Хлеб ржаной	50	97.40
ПОЛДНИК	205	463.81
25-Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	64.95
25-Кондитерские изделия	55	398.86
УЖИН	495	578.26
25-Пудинг творожный	180	411.56
25-Молоко сгущенное	15	44.13
25-Чай с молоком	200	38.87
25-Плоды свежие	100	83.70

Итого калорийность: 2230.77 Ккал.

21 Марта 2025г.

Меню

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК	431	350.53
25-Каша "Рябчик"	200	199.27
25-Кофейный напиток с молоком	200	66.12
25-Бутерброд с маслом	25/6	85.14
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	130	66.17
25-Кисломолочный напиток 100/130	130	66.17
ОБЕД	750	664.38
25.-Салат из моркови с зеленым горошком	60	57.16
25-Рассольник ленинградский со сметаной,	200	113.76
25-Суфле из печени	70	144.36
25-Рис отварной с овощами	150	204.82
25-Напиток с витаминами "Витошка" для де	200	
25-Хлеб пшеничный	20	46.88
25-Хлеб ржаной	50	97.40
ПОЛДНИК	260	253.91
25-Напиток из шиповника	200	63.44
25-Пирожок печеный из дрожжевого теста с	60	190.47
УЖИН	475	486.28
25-Голубцы ленивые	150	359.21
25-Чай с сахаром	200	24.07
25-Плоды свежие	100	44.40
25-Хлеб пшеничный	25	58.60

Итого калорийность: 1821.27 Ккал.

24 Марта 2025г.

Меню

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК	443	389.49
25-Каша жидкая молочная	200	198.72
25-Кофейный напиток с молоком	200	66.12
25-Бутерброд с маслом и сыром	25/5/13	124.65
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	130	76.96
25-Молоко кипяченое 100/130	130	76.96
ОБЕД	725	770.99
25-Икра кабачковая (промышленного произв	50	59.25
25-Свекольник со сметаной, с мясом	200	107.32
25-Гуляш	80	235.21
25-Рис отварной с овощами	150	204.82
25-Кисель из ягод свежемороженых	200	68.81
25-Хлеб пшеничный	20	46.88
25-Хлеб ржаной	25	48.70
ПОЛДНИК	250	286.2
25-Кисломолочный напиток 180/200	200	112.80
Баранки	50	173.40
УЖИН	450	401.38
25-Сельдь с луком репчатым	70	130.30
25-Картофель отварной	130	138.72
25-Чай с лимоном	200	25.06
25-Хлеб пшеничный	25	58.60
25-Хлеб ржаной	25	48.70

Итого калорийность: 1925.02 Ккал.

25 Марта 2025г.

Меню

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК	471	404.44
25-Суп молочный с крупой	200	175.05
25-Какао с молоком	200	63.57
25-Яйцо отварное	40	62.84
25-Бутерброд с маслом	25/6	102.98
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	150	64.95
25-Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	64.95
ОБЕД	725	598.58
25-Салат "Овощная мозайка"	60	69.67
25-Борщ с капустой свежей со сметаной, с	200	97.63
25-Печень говяжья по-строгановски	70	171.51
25-Картофельное пюре	150	137.76
25-Компот из сухофруктов	200	26.43
25-Хлеб пшеничный	20	46.88
25-Хлеб ржаной	25	48.70
ПОЛДНИК	260	339.41
25-Кисломолочный напиток 180/200	200	112.80
25-Крендель сахарный	60	226.61
УЖИН	550	434.44
25-Овощи натуральные соленные или свежие	50	10.00
25-Капуста, тушенная с мясом	150	209.30
25-Напиток из шиповника	200	63.44
25-Плоды свежие	100	44.40
25-Хлеб пшеничный	25	58.60
25-Хлеб ржаной	25	48.70

Итого калорийность: 1841.82 Ккал.

Т.А. Байкова



26 Марта 2025г.

Меню

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК	440	371.43
25-Каша молочная с фруктами (или тыквой)	200	211.55
25-Кофейный напиток с молоком	200	66.12
25-Хлеб пшеничный	40	93.76
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	130	76.96
25-Молоко кипяченое 100/130	130	76.96
ОБЕД	730	778.32
25-Салат "Морской" (с кальмарами и яблок	60	105.27
25.-Суп картофельный с бобовыми, с мясом	200	121.05
25-Гренки из пшеничного хлеба	25	110.17
25-Азу	70	158.80
25-Макаронные изделия отварные с овощами	150	165.52
25-Кисель из ягод свежемороженых	200	68.81
25-Хлеб ржаной	25	48.70
ПОЛДНИК	250	241.86
25-Компот из ягод замороженных	200	23.95
25-Песочник (печенье песочное)	50	217.91
УЖИН	570	515.5
25-Овощи натуральные соленные или свежие	50	10.00
25-Тефтели рыбные	70	151.09
25-Картофельное пюре	150	137.76
25-Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	64.95
25-Плоды свежие	100	44.40
25-Хлеб пшеничный	25	58.60
25-Хлеб ржаной	25	48.70

Итого калорийность: 1984.07 Ккал.



Заведующая

Байкова

27 Марта 2025г.

Меню

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК	440	357.5
25-Омлет натуральный	150	200.17
25-Зеленый горошек или кукуруза консерви	50	
25-Какао с молоком	200	63.57
25-Хлеб пшеничный	40	93.76
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	130	99.45
25- Кисломолочный напиток 100/130	130	99.45
ОБЕД	623	618.01
25-Салат из морской капусты с яйцом	60	102.58
25-Суп - уха с рыбой	180	134.26
25-Запеканка картофельная с субпродуктам	150/3	229.35
25-Компот из плодов консервированных	180	54.42
25-Хлеб ржаной	50	97.40
ПОЛДНИК	255	319.65
25-Молоко кипяченое 180/200	200	118.40
25-Кондитерские изделия	55	201.25
УЖИН	465	472.6
25-Запеканка из творога	150	345.20
25-Молоко сгущенное	15	44.13
25-Чай с молоком	200	38.87
25-Плоды свежие	100	44.40

Итого калорийность: 1867.21 Ккал.

28 Марта 2025г.

Меню

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК	431	513.43
25.-Макаронные изделия, запеченные с сыр	200	344.33
25-Кофейный напиток с молоком	200	66.12
25.-Бутерброд с маслом	25/6	102.98
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	130	66.17
25-, Кисломолочный напиток 100/130	130	66.17
ОБЕД	750	768.64
25-Салат "Сытный"	60	54.53
25-Рассольник ленинградский со сметаной,	200	113.76
25.-Котлеты, биточки, шницели куриные	70	211.51
25-Пюре из гороха с маслом	150	244.56
25-Напиток с витаминами "Витошка" для де	200	
25-Хлеб пшеничный	20	46.88
25-Хлеб ржаной	50	97.40
ПОЛДНИК	260	269.45
25-Напиток из шиповника	200	63.44
25.-Пирожок печеный из сдобного теста с	60	206.01
УЖИН	500	545.31
25-Голубцы ленивые	150	359.21
25-Соус сметанный натуральный	30	77.35
25-Чай с сахаром	200	24.07
25-Плоды свежие	100	37.80
25-Хлеб пшеничный	20	46.88

Итого калорийность: 2163.00 Ккал.