

МЕНЮ на «17.» октября 2022г.

Прием пищи, наименование блюда	Macca	Пиц	Пищевые вещества			№ рец
	порции	Б	Ж	У	ская ценность (ккал)	
Неделя 1						
День 1			177. 131	,		
		ЗАВТРАК				
Макароны отварные с сыром	145	8.98	9.67	21.95	210.73	206
Батон пшеничный с маслом	35	2,14	6.60	12.79	119,00	ı
Чай с сахаром и лимоном	180	0,12	0,02	10,20	41,00	393
Итого:	360	11,24	16,29	44,94	370,73	
	В	ТОРОЙ ЗАВТІ	РАК			
Фрукты свежие	100	0,40	0.40	9,80	44.00	368
Итого:	100	0,40	040	9,80	44,00	
10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 1		ОБЕД				
Овощи по сезоил	30	0.33	0.06	1.14	6,60	71
Суп картофельный	· 180	1,87	2.26	13.30	81.00	77
Каша пшеничная вязкая	130	3,47	3,68	21,28	132,08	314
Птица тушенная в соусе.	80	12,25	3,38	2,93	90,83	301
Хлеб пшенияный	30	3.80	0.40	24.60	117.50	
Хлео ржано-лшеничный	20	3.08	0.56	15.08	80,40	
Компот из смеси сухофруктов	180	0.39	0.01	24,99	101,70	376
Итого:	660	25,19	10,35	103,32	610,11	
		полдник				
Пирожки печеные	50	8,71	6,75	26,04	199,50	454
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	392
Итого:	230	8,77	6,77	36,03	293,50	
ИТОГО за весь день:	1340	45,60	33,81	194,09	1264,34	



МЕНЮ на «18» <u>вктября</u> 2022г.

Прием пищи, наимфнование блуода	- Масса порцин	Пищевые вещества			Энергетиче	№ рец.
		Б	Ж	У	ская ценность (ккал)	·
Неделя 1 День 2		-				
THE PARTY OF THE P	ЗАВТ	РАК			· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	
Каша жидкая молочная манная	205	3.18	3.89	21,44	134.00	181
Батон с маслом	35	2,14	6,60	12,79	119.00	I
Чай с сахаром	180	0,06	0.02	9,99	40.00	392
Итого:	420	5,38	10,51	44,22	293,00	
	второй :	ЗАВТРАК				
Компот из смеси сухофруктов	180	0,39	0.01	24,99	101,70	376
Итого:	180	0,39	0,01	24,99	101,70	
many transfer and the property of the property of the property of the property of the second of the property of the pr	ОБ	ЕД	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·			
Борщ с капустой и картофелем	180	1.45	3.92	10,19	82,00	57
Овощи по сезону	30	0,30	0.03	0,58	3,60	71
Картофельное пюре	120	2,65	4,16	17,71	118,95	321
Котлеты мясные рубленные с соусом	65	12.44	9.24	12,56	183.00	262
Хлеб пшеничный	20	1.58	0.20	9.66	42.72	
Хлеб ржано-пшеничный	20	3.08	0,56	15,08	80.40	
Компот из свежих плодов	180	0.14	0.14	21,20	87.84	372
Итого:	625	21,64	18,25	86,98	598,51	
	полд	ник		······································		
Омлет натуральный	65	7,52	13,46	1,51	157,00	215
Хлеб пшеничный	20	1.58	0.20	9.66	42.72	
Чай с сахаром	180	0.06	0.02	9.99	40,00	392
Итого:	265	9,16	13,68	21,16	239,72	
ИТОГО за весь день:	1490	36,57	42,45	177,35	1232,93	



МЕНЮ на «19» систебря 2022г.

And the state of t	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетиче	№ рец.
Прием пищи, наименование блюда	*	Б	Ж	У	ская ценность (ккал)	
Неделя I День 3	d164126 H)X004 C2 22 22 22 22 22 22 22					
The state of the s	3ABTPA	ЛК				
Каша жидкая молочная рисовая	205	2,17	3,89	22,51	134,00	182
Батон пшеничный с сыром	35	2,14	6,60	12,79	119,00	l
Кофейный напиток с молоком	180	0,06	0,02	9,99	40,00	392
Итого:	420	4,37	10,51	45,29	293,00	
A PARTICULAR PROPERTY AND A PARTICULAR PROPE		ВТОРОЙ ЗА	ВТРАК		· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	
Фрукты свежие	100	0,40	0.40	9,80	44,00	368
Итого:	100	0,40	0,40	9,80	44,00	
		ОБЕД	2			
Суп картофельный с макаронными изделиями	180	6,69	3.69	7,74	91,17	82
Капуста тушенная	130	2.68	4.20	12.25	97.63	336
Котлета рубленная из птицы	70	19.41	4,54	15.70	176.17	305
Хлеб пшеничный	30	3.80	0.40	24.60	117,50	
Хлеб ржано-пшеничный	20	3,08	0,56	15,08	80,40	
Компот из смеси сухофруктов	180	0,39	0,01	24,99	101,70	376
Итого:	610	36,05	13,40	100,36	573,57	
		полдник				
Ватрушка с творогом:	70	9.62	5.48	29.18	202.00	458
Чай с сахаром	180	0.06	0.02	9,99	40.00	392
Aroro:	250	9,68	5,50	39,17	242,00	
ИТОГО за весь день:	1380	50,50	29,81	194,62	1152,57	



МЕНЮ на «20» оказоря 2022г.

The Y

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетиче	№ рец
Прием пищи, наименование блюда		Б	ЖУ		ская ценность (ккал)	
Неделя I День 4						
Addressed the desired to the construction of t	ЗАВТРАК					
Каша жидкая молочная пшеничная	205	4,40	4.06	26.99	162.00	182
Батон пшеничный с маслом	35	2,14	6,60	12,79	119,00	1
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	392
Итого:	420	6,6	10,68	49,77	321,00	
\$ 100 mg cold by a cold by the	ВТОРОЙ ЗАВТРА	AK				
Компот из смеси сухофруктов	180	0,39	0.01	24,99	101.70	376
Mroro:	180	0,39	0,01	24,99	101,70	
	ОБЕД	Oracle Control of the				
Овощи по сезону	30	0,50	1,5	2,53	25,71	20
Суп картофельный с бобовыми	180	8,85	20.27	47,69	109,00	81
Птица тушенная в соусе с овощами	160	9.37	2.28	16,49	124,00	302
Хлеб пшеничный	30	3.80	0.40	24.60	117.50	
Хлеб ржано-пшеничный	20	3,08	0.56	15,08	80,40	
Компот из свежих плодов	180	0.14	0.14	21.20	87,84	372
Итого:	600	25,74	25,15	127,59	544,45	
	полдник					
Булочка «Веснушка»	70	5,46	4,29	37,71	211,40	473
Кисель витаминизированный	180	0,51	0,05	23,00	91,00	393
MLOLO:	250	5,97	4,34	60,71	302,40	
ИТОГО за весь день:	1450	38,70	40,18	263,06	1269,55	



МЕНЮ на «21» <u>октебря</u> 2022г.

1 1 1 1

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пиш	цевые вещества		Энергетиче	
		Б	Ж	У	ская ценность (ккал)	№ рец.
Неделя І		-				
День 5	BABTPA	TO THE RESERVE	<u> </u>	1 2 1 7 2 2		
	180	5.75	5.21	18.83	145.20	93
Суп молочный с макаронными изделиями	45	4,73	6.88	14.56	145.20	3
Батон пшеничный с сыром	180	0.06	0.02	9,99	40,00	392
Чай с сахаром	trains at a large (party source and a large and a larg	-	Contract of the Contract of th	,		392
Итого:	405	10,54	12,11	43,38	324,20	
	второй за	-	1024			
Фрукты свежие	100	0.40	0.40	9.80	44.00	368
Итого:	100	0,40	0,40	9,80	44,00	
	ОБЕД					
Овощи по сезону	50	0.42	1.82	2,50	28,17	33
Суп картофельный	180	1.87	2.26	13,30	9 81.00	77
Рис отварной	160	3,16	4.65	31,79	181.74	315
Рыба тушенная с овощами	80	7.93	4.55	2,20	81,00	247
Хлеб пшеничный	30	3,80	0.40	24.60	117.50	
Хлеб ржано-пшеничный	20	3,08	0.56	15.08	80.40	
Компот из смеси сухофруктов	180	0,39	0.01	24.99	101,70	376
Итого:	650	20,65	14,25	114,46	671,51	
The second secon	полдні	ик				
Кондитерское изделие	50	3,75	4.90	37.20	183.50	
Кисломолочный продукт	180	5.22	4,50	7.56	92.00	401
HTOTO:	2.30	8,97	9,40	44,76	275,50	
ИТОГО за весь день:	1385	40,56	36,16	212,40	1315,21	. :