

МЕНЮ

на 13 октября 2023г.



Прием пищи, наименование блюда 7-11 лет	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Консервы овощные закусочные (икра кабачковая)	100	1,9	9,2	8,0	123,2	Сборник рецептов или ТТК
Омлет натуральный	150	15,0	21,0	2,8	259,0	Сборник рецептов или ТТК
Кофейный напиток на молоке	200	2,3	1,3	25,9	123,5	Сборник рецептов или ТТК
Бутерброд с маслом	30/10	2,3	7,5	14,7	135,0	Сборник рецептов или ТТК
Хлеб пшеничный	30	2,2	0,2	14,6	68,9	
Итого за прием пищи:	520	23,7	39,2	66,0	709,6	
Обед (2х, 5-ти разовое)						
Икра морковная	60	1,6	4,9	7,6	81,9	Сборник рецептов или ТТК
Суп из овощей	200	1,5	3,0	8,9	68,4	Сборник рецептов или ТТК
Тефтели (1-й вариант) с соусом	90/30	8,6	11,7	17,3	208,9	Сборник рецептов или ТТК
Каша пшеничная вязкая	150	4,0	4,7	23,1	150,3	Сборник рецептов или ТТК
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	28,2	110,3	Сборник рецептов или ТТК
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	
Хлеб пеклеваемый	40	2,5	0,4	16,5	79,2	
Итого за прием пищи:	820	22,0	25,0	125,9	813,8	
Полдник (5-ти разовое)						
Ватрушка с повидлом	100	6,4	2,9	62,8	303,2	Сборник рецептов или ТТК
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	19,6	89,2	Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	300	7,4	3,1	82,4	392,4	
Ужин (5-ти разовое)						
Птица, тушеная в соусе с овощами	230	15,8	19,1	23,5	328,8	Сборник рецептов или ТТК
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	200	0,2	0,0	15,0	60,5	Сборник рецептов или ТТК
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	
Хлеб пеклеваемый	30	1,9	0,3	12,3	59,4	
Итого за прием пищи:	500	20,9	19,6	70,3	540,6	
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,0	92,5	Сборник рецептов или ТТК
Сахар порция	5	0,0	0,0	4,9	19,4	
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7	
Итого за прием пищи:	215	7,3	5,3	26,9	189,6	
Всего за день:		81,3	92,2	371,5	2 646,0	

Прием пищи, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Консервы овощные закусочные (икра кабачковая)	100	1,9	9,2	8,0	123,2	Сборник рецептов или ТТК
Омлет натуральный	200	19,9	27,9	3,8	346,1	Сборник рецептов или ТТК
Кофейный напиток на молоке	200	2,3	1,3	25,9	123,5	Сборник рецептов или ТТК
Бутерброд с маслом	30/10	2,3	7,5	14,7	135,0	Сборник рецептов или ТТК
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9	
Итого за прием пищи:	580	29,4	46,1	71,9	819,7	
Обед (2х, 5-ти разовое)						
Икра морковная	100	2,5	7,9	12,6	133,6	Сборник рецептов или ТТК
Суп из овощей	250	1,9	3,7	11,0	85,4	Сборник рецептов или ТТК
Тефтели (1-й вариант) с соусом	100/30	11,6	15,2	19,2	224,6	Сборник рецептов или ТТК
Каша пшеничная вязкая	180	4,8	5,7	27,7	180,5	Сборник рецептов или ТТК
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	28,2	110,3	Сборник рецептов или ТТК
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	
Хлеб пеклеваемый	70	4,5	0,6	28,8	138,5	
Итого за прием пищи:	980	29,1	33,4	151,8	987,7	
Полдник (5-ти разовое)						
Ватрушка с повидлом	150	9,3	4,4	94,5	455,2	Сборник рецептов или ТТК
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	19,6	89,2	Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	350	10,3	4,6	114,1	544,4	
Ужин (5-ти разовое)						
Птица, тушеная в соусе с овощами	280	19,1	22,8	28,4	396,6	Сборник рецептов или ТТК
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	200	0,2	0,0	15,0	60,5	Сборник рецептов или ТТК
Хлеб пеклеваемый	60	3,9	0,5	24,6	118,7	
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	137,8	
Итого за прием пищи:	600	27,7	23,7	97,2	713,6	
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,0	92,5	Сборник рецептов или ТТК
Сахар порция	5	0,0	0,0	4,9	19,4	
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7	
Итого за прием пищи:	215	7,3	5,3	26,9	189,6	
Всего за день:		103,8	113,1	461,9	3 255,0	

Зав. Производствам:

Директор ООО «Славия»





МЕНЮ

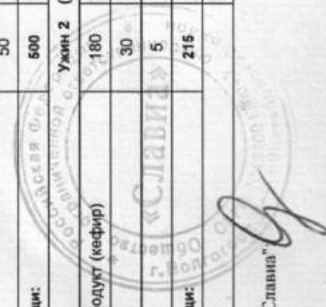
на 16 октября 2023г.

Принем пищи, наименование блюда 7-11 лет	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белок, г	Жиры, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Яйцо вареное вкрутую	1шт	5,5	5,0	68,6	Сборник рецептов или ТТК
Каша вязкая молочная из риса и пшени Друзья с маслом	200	5,5	7,7	229,6	Сборник рецептов или ТТК
Кофейный напиток на молоке	200	2,3	1,3	123,5	Сборник рецептов или ТТК
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	137,8	
Итого за прием пищи:	505	17,8	14,4	559,5	
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Овощи по сезону (огурец свежий, огурец соленый, капуста квашеная, свекла отварная, помидор свежий, помидор соленый, морковь отварная и т.д.)	60	0,9	0,1	25,7	
Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,6	3,3	107,9	Сборник рецептов или ТТК
Тфтели (1-й вариант) с соусом	90/30	8,6	11,7	208,9	Сборник рецептов или ТТК
Макаронные изделия отварные (рожки)	150	5,5	4,3	196,8	Сборник рецептов или ТТК
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	110,3	Сборник рецептов или ТТК
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	114,8	
Хлеб пеклеваный	70	4,5	0,6	138,5	
Итого за прием пищи:	850	27,9	20,3	902,9	
Полдник (5-ти разовое)					
Ватрушка с повидлом	100	6,4	2,9	62,8	Сборник рецептов или ТТК
Сок фруктовый	200	0,6	0,0	32,0	Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	300	7,0	2,9	435,1	
Ужин (5-ти разовое)					
Вареники ленивые отварные	200	31,5	15,6	397,5	Сборник рецептов или ТТК
Соус молочный (сладкий)	50	0,9	2,2	50,8	Сборник рецептов или ТТК
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	200	0,2	0,0	60,5	Сборник рецептов или ТТК
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	114,8	
Итого за прием пищи:	500	36,3	18,1	623,6	
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	92,5	Сборник рецептов или ТТК
Батон	30	2,3	0,9	77,7	
Сахар порция	5	0,0	0,0	19,4	
Итого за прием пищи:	215	7,3	5,3	189,6	
Всего за день:		92,2	78,9	409,3	

Принем пищи, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белок, г	Жиры, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Яйцо вареное вкрутую	1шт	5,4	4,9	67,1	Сборник рецептов или ТТК
Каша вязкая молочная из риса и пшени Друзья с маслом	250	6,9	9,6	43,2	Сборник рецептов или ТТК
Кофейный напиток на молоке	200	2,3	1,3	123,5	Сборник рецептов или ТТК
Хлеб пшеничный	70	5,1	0,4	160,8	
Итого за прием пищи:	565	19,7	16,2	638,4	
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Овощи по сезону (огурец свежий, огурец соленый, капуста квашеная, свекла отварная, помидор свежий, помидор соленый, морковь отварная и т.д.)	100	1,6	0,1	8,9	42,8
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,7	4,0	18,9	Сборник рецептов или ТТК
Тфтели (1-й вариант) с соусом	100/30	11,6	15,2	19,2	224,6
Макаронные изделия отварные (рожки)	200	7,5	5,9	45,2	262,6
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	28,2	110,3
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пеклеваный	70	4,5	0,6	28,8	138,5
Итого за прием пищи:	1000	34,7	26,1	173,5	1 028,5
Полдник (5-ти разовое)					
Ватрушка с повидлом	150	9,3	4,4	94,5	455,2
Сок фруктовый	200	0,6	0,0	32,0	131,9
Итого за прием пищи:	350	9,9	4,4	126,5	587,1
Ужин (5-ти разовое)					
Вареники ленивые отварные	250	39,4	19,4	38,7	497,2
Соус молочный (сладкий)	50	0,9	2,2	6,7	50,8
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	200	0,2	0,0	15,0	60,5
Хлеб пшеничный	100	7,4	0,6	48,7	229,7
Итого за прием пищи:	600	47,9	22,2	109,1	838,2
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,0	92,5
Сахар порция	5	0,0	0,0	4,9	19,4
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7
Итого за прием пищи:	215	7,3	5,3	26,9	189,6
Всего за день:		113,4	91,9	496,6	3 124,8

Зав. Производствам:

Директор ООО "Славия"



МЕНЮ

на 17 октября 2023г.

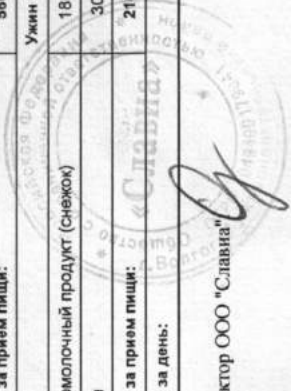


9 день Приним пищи, наименование блюда 7-11 лет	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Суп молочный с макаронными изделиями	250	5,6	4,8	21,0	Сборник рецептов или ТКК
Бутерброд с повидлом	30/5/20	2,3	3,7	27,3	Сборник рецептов или ТКК
Какао с молоком	200	3,8	3,0	24,5	Сборник рецептов или ТКК
Итого за прием пищи:	505	11,7	11,5	72,8	441,3
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Овощи по сезону (огурец свежий, огурец соленый, капуста квашеная, свекла отварная, помидор свежий, морковь соленый, морковь отварная и т.д.)	60	0,9	0,1	5,3	25,7
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,4	2,9	7,0	60,4
Фрикадельки мясные в соусе	90/30	8,7	19,5	17,4	281,5
Рис отварной	150	3,8	12,4	38,9	283,3
Компот из свежих плодов	200	0,1	0,1	14,2	59,2
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пеклеваный	70	4,5	0,6	28,8	138,5
Итого за прием пищи:	850	23,1	35,9	135,9	963,4
Полдник (5-ти разовое)					
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Компот из изюма	200	0,4	0,1	21,5	88,5
Итого за прием пищи:	400	1,2	0,9	40,5	179,7
Ужин (5-ти разовое)					
Икра свекольная	60	1,7	4,9	8,5	85,2
Котлета рыбная Любительская	90	8,4	9,8	11,2	167,1
Картофель отварной с маслом	150	2,9	4,1	23,9	144,2
Напиток лимонный	200	0,1	0,0	16,7	69,5
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	137,8
Итого за прием пищи:	560	17,6	19,2	89,5	603,8
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Кисломолочный продукт (снежок)	180	4,8	4,4	18,8	137,9
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7
Итого за прием пищи:	210	7,1	5,3	33,8	215,6
Всего за день:		77,7	79,0	372,5	2 403,8

9 день Приним пищи, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Суп молочный с макаронными изделиями	300	6,9	5,7	25,2	Сборник рецептов или ТКК
Бутерброд с повидлом	30/5/20	2,3	3,7	27,3	Сборник рецептов или ТКК
Какао с молоком	200	3,8	3,0	24,5	Сборник рецептов или ТКК
Итого за прием пищи:	595	13,0	12,4	77,0	471,4
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Овощи по сезону (огурец свежий, огурец соленый, капуста квашеная, свекла отварная, помидор свежий, помидор соленый, морковь отварная и т.д.)	100	1,6	0,1	8,9	42,8
Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,7	3,7	8,7	75,7
Фрикадельки мясные в соусе	100/30	17,9	20,0	19,3	296,5
Рис отварной	180	4,5	13,5	46,8	327,3
Компот из свежих плодов	200	0,1	0,1	14,2	59,2
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пеклеваный	70	4,5	0,6	28,8	138,5
Итого за прием пищи:	980	34,0	38,3	151,0	1 054,8
Полдник (5-ти разовое)					
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Компот из изюма	200	0,4	0,1	21,5	88,5
Итого за прием пищи:	400	1,2	0,9	40,5	179,7
Ужин (5-ти разовое)					
Икра свекольная	100	2,7	7,9	14,1	139,2
Котлета рыбная Любительская	100	11,2	10,0	12,3	176,3
Картофель отварной с маслом	180	3,5	5,0	28,6	173,1
Напиток лимонный	200	0,1	0,0	16,7	69,5
Хлеб пшеничный	70	5,1	0,4	34,0	160,8
Итого за прием пищи:	660	22,6	23,3	105,7	718,9
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Кисломолочный продукт (снежок)	180	4,8	4,4	18,8	137,9
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7
Итого за прием пищи:	210	7,1	5,3	33,8	215,6
Всего за день:		89,4	91,9	405,0	2 740,4

Зав. Производствам:

Директор ООО "Славия"



МЕНЮ

на 19 октября 2023г.



Е.Е. Куницова

Приним пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Каша молочная пшеничная вязкая с маслом	200	7,6	8,4	276,8	Сборная рецептура или ТТК
Бутерброд с повидлом	40/10/50	3,3	7,3	277,3	Сборная рецептура или ТТК
Кофейный напиток на молоке	200	2,3	1,3	123,5	Сборная рецептура или ТТК
Итого за прием пищи:	500	13,2	17,0	677,6	
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Икра морковная	60	1,6	4,9	81,9	Сборная рецептура или ТТК
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,3	1,8	89,2	Сборная рецептура или ТТК
Рыба, тушенная в томате с овощами	90/30	17,9	11,1	119,5	Сборная рецептура или ТТК
Рис отварной	150	3,8	12,4	283,3	Сборная рецептура или ТТК
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	110,3	Сборная рецептура или ТТК
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	114,8	
Хлеб пеклеваный	70	4,5	0,6	138,5	
Итого за прием пищи:	910	33,9	31,1	937,5	
Полдник (5-ти разовое)					
Фрукты свежие	200	1,7	0,4	83,4	Сборная рецептура или ТТК
Напиток лимонный	200	0,1	0,0	69,5	Сборная рецептура или ТТК
Итого за прием пищи:	400	1,8	0,4	152,9	
Ужин (5-ти разовое)					
Овощи по сезону (огурец соленый, капуста квашеная, помидор свежий, морковь отварная и т.д.)	100	1,6	0,1	42,8	
Жаркое по-деревенски	150	10,0	19,5	286,6	Сборная рецептура или ТТК
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	60,5	Сборная рецептура или ТТК
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	114,8	
Итого за прием пищи:	600	15,5	19,9	504,7	
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Батон	30	2,3	0,9	77,7	
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	92,5	Сборная рецептура или ТТК
Сахар порция	5	0,0	0,0	19,4	
Итого за прием пищи:	215	7,3	5,3	189,6	
Дополнительное питание (к одному из приемов пищи) (2х, 5-ти разовое)					
Фрукты или овощи или Напитки (соки, нектары, компоты) и/или Кисломолочная продукция	200	1,0	0,2	83,4	Сборная рецептура или ТТК
Всего за день:		77,7	78,9	392,4	2 482,3

Приним пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г		
11 день (12-18 лет)					
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Каша молочная пшеничная вязкая с маслом	250	9,5	10,4	345,9	Сборная рецептура или ТТК
Бутерброд с повидлом	40/10/50	3,3	7,3	277,3	Сборная рецептура или ТТК
Кофейный напиток на молоке	200	2,3	1,3	123,5	Сборная рецептура или ТТК
Итого за прием пищи:	550	15,1	19,0	746,7	
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Икра морковная	100	2,5	7,9	133,6	Сборная рецептура или ТТК
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,8	2,2	111,7	Сборная рецептура или ТТК
Рыба, тушенная в томате с овощами	100/30	19,4	12,0	128,1	Сборная рецептура или ТТК
Рис отварной	180	4,5	13,5	327,3	Сборная рецептура или ТТК
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	110,3	Сборная рецептура или ТТК
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	114,8	
Хлеб пеклеваный	70	4,5	0,6	138,5	
Итого за прием пищи:	1050	37,5	36,5	1 064,3	
Полдник (5-ти разовое)					
Фрукты свежие	200	1,7	0,4	83,4	Сборная рецептура или ТТК
Напиток лимонный	200	0,1	0,0	69,5	Сборная рецептура или ТТК
Итого за прием пищи:	400	1,8	0,4	152,9	
Ужин (5-ти разовое)					
Овощи по сезону (огурец соленый, капуста квашеная, помидор свежий, морковь отварная и т.д.)	100	1,6	0,1	42,8	Сборная рецептура или ТТК
Жаркое по-деревенски	200	14,4	29,8	366,9	Сборная рецептура или ТТК
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	60,5	Сборная рецептура или ТТК
Хлеб пшеничный / Хлеб пеклеваный	70/30	5,1/1,9	0,4/0,3	34/12,3	160,8/59,4
Итого за прием пищи:	600	23,2	30,6	690,4	
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	92,5	Сборная рецептура или ТТК
Сахар порция	5	0,0	0,0	19,4	
Батон	30	2,3	0,9	77,7	
Итого за прием пищи:	215	7,3	5,3	189,6	
Дополнительное питание (к одному из приемов пищи) (2х, 5-ти разовое)					
Фрукты или овощи или Напитки (соки, нектары, компоты) и/или Кисломолочная продукция	200	1,0	0,2	83,4	Сборная рецептура или ТТК
Всего за день:		90,9	91,9	447,0	2 843,9

Зав. Производствам:

Директор ООО "Славия":

