

Директор ООО «Славия»
 Е.Е. Кузнецова

МЕНЮ

на 17 ноября 2023г.

12 день Приним пищи, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Суп молочный с крупой (геркулесовой)	300	6,4	6,4	19,6	162,4	Сборник рецептов или ТТК
Бутерброд с повидлом	30/10/20	2,4	7,3	27,3	181,5	Сборник рецептов или ТТК
Чай с молоком или сливками (молоко)	200	1,7	1,3	17,3	86,7	Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	560	10,5	15,0	64,2	430,6	
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	Сборник рецептов или ТТК
Фрикадельки мясные в соусе	100/30	17,9	20,0	19,3	296,5	Сборник рецептов или ТТК
Картофель отварной с маслом	180	3,5	5,0	28,6	173,1	Сборник рецептов или ТТК
Компот из свежих плодов	200	0,1	0,1	14,2	59,2	Сборник рецептов или ТТК
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	у
Хлеб пеклеваный	70	4,5	0,6	28,8	138,5	
Итого за прием пищи:	980	33,0	29,8	132,8	900,6	
Полдник (5-ти разовое)						
Кекс столичный	150	9,2	29,2	89,1	661,1	Сборник рецептов или ТТК
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	28,2	110,3	Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	350	9,3	29,2	117,3	771,4	
Ужин (5-ти разовое)						
Запеканка рисовая с творогом	250	14,2	9,8	74,5	442,9	Сборник рецептов или ТТК
Соус молочный (сладкий)	50	0,9	2,2	6,7	50,8	Сборник рецептов или ТТК
Напиток лимонный	200	0,1	0,0	16,7	69,5	Сборник рецептов или ТТК
Хлеб пшеничный	100	7,4	0,6	48,7	229,7	
Итого за прием пищи:	600	22,6	12,6	146,6	792,9	
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Кисломолочный продукт (ряженка)	180	5,0	4,4	7,4	94,3	Сборник рецептов или ТТК
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7	
Итого за прием пищи:	210	7,3	5,3	22,4	172,0	
Дополнительное питание (к одному из приёмов пищи) (2х, 5-ти разовое)						
Фрукты или овощи или Напитки (соки, нектары, компоты) или Кисломолочная продукция	200	0,8	0,8	19,0	91,2	Сборник рецептов или ТТК
Всего за день:	89,9	100,0	480,5	3 167,5		

Зав. Производствам:

12 день Приним пищи, наименование блюда 7-11 лет	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)						
Суп молочный с крупой (геркулесовой)	250	5,2	5,4	16,2	135,2	Сборник рецептов или ТТК
Бутерброд с повидлом	30/10/20	2,4	7,3	27,3	181,5	Сборник рецептов или ТТК
Чай с молоком или сливками (молоко)	200	1,7	1,3	17,3	86,7	Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	510	9,3	14,0	60,8	403,4	
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.)	60	0,9	0,1	5,3	25,7	
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,4	2,9	7,0	60,4	Сборник рецептов или ТТК
Фрикадельки мясные в соусе	90/30	8,7	19,5	17,4	281,5	Сборник рецептов или ТТК
Картофель отварной с маслом	150	2,9	4,1	23,9	144,2	Сборник рецептов или ТТК
Компот из свежих плодов	200	0,1	0,1	14,2	59,2	Сборник рецептов или ТТК
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	22,2	27,6	120,9	824,3	
Полдник (5-ти разовое)						
Кекс столичный	100	6,2	19,4	59,4	440,0	Сборник рецептов или ТТК
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	28,2	110,3	Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	300	6,3	19,4	87,6	550,3	
Ужин (5-ти разовое)						
Запеканка рисовая с творогом	200	11,4	7,8	59,5	354,3	Сборник рецептов или ТТК
Соус молочный (сладкий)	50	0,9	2,2	6,7	50,8	Сборник рецептов или ТТК
Напиток лимонный	200	0,1	0,0	16,7	69,5	Сборник рецептов или ТТК
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	
Итого за прием пищи:	500	16,1	10,3	107,2	589,4	
Ужин 2 (5-ти разовое)						
Кисломолочный продукт (ряженка)	180	5,0	4,4	7,4	94,3	Сборник рецептов или ТТК
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7	
Итого за прием пищи:	210	7,3	5,3	22,4	172,0	
Дополнительное питание (к одному из приёмов пищи) (2х, 5-ти разовое)						
Фрукты или овощи или Напитки (соки, нектары, компоты) или Кисломолочная продукция	200	0,8	0,8	19,0	91,2	Сборник рецептов или ТТК
Всего за день:	77,0	79,3	396,3	2 647,6		

Директор ООО «Славия»



МЕНЮ

на 21 ноября 2023г.

2 день Примем пищи, наименование блюда 7-11 лет	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Каша молочная рисовая вязкая с маслом	200	5,4	7,4	43,5	Сборник рецептов или ТТК
Бутерброд с сыром	30/10/10	4,6	10,5	14,7	Сборник рецептов или ТТК
Кофейный напиток на молоке	200	2,3	1,3	25,9	Сборник рецептов или ТТК
Батон	50	3,9	1,5	25,1	Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	500	16,2	20,7	109,2	685,7
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Консервы овощные закусочные (икра кабачковая)	60	1,2	5,5	4,8	Сборник рецептов или ТТК
Суп из овощей	200	1,5	3,0	8,9	Сборник рецептов или ТТК
Котлеты, биточки, шницели	90	9,7	14,2	18,7	Сборник рецептов или ТТК
Картофельное пюре с маслом	150	3,2	4,6	21,5	Сборник рецептов или ТТК
Компот из изюма	200	0,4	0,1	21,5	Сборник рецептов или ТТК
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	Сборник рецептов или ТТК
Хлеб пеклеваный	80	5,1	0,7	32,9	Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	830	24,8	28,4	132,6	884,0
Полдник (5-ти разовое)					
Кекс стollenный	100	6,2	19,4	59,4	Сборник рецептов или ТТК
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	19,6	Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	300	7,2	19,6	79,0	529,2
Ужин (5-ти разовое)					
Лапшевник с творогом с соусом молочным (сладким)	180/50	16,9	12,0	46,5	Сборник рецептов или ТТК
Чай с сахаром и лимоном	200/15/5	0,2	0,0	15,2	Сборник рецептов или ТТК
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	500	20,8	12,3	86,0	541,1
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Кисломолочный продукт (ряженка)	180	5,0	4,4	7,4	Сборник рецептов или ТТК
Батон	30	2,3	0,9	15,0	Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	210	7,3	5,3	22,4	172,0
Всего за день:		76,9	86,3	429,3	2 812,0

Директор ООО «Славия»



Е.Е. Кузнецова

2 день Примем пищи, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры
		Белки, г	Жиры, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Каша молочная рисовая вязкая с маслом	250	6,8	9,1	54,1	Сборник рецептов или ТТК
Бутерброд с сыром	30/10/10	4,6	10,5	14,7	Сборник рецептов или ТТК
Кофейный напиток на молоке	200	2,3	1,3	25,9	Сборник рецептов или ТТК
Батон	60	4,6	1,8	30,1	Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	560	18,3	22,7	124,8	777,0
Обед (2х, 5-ти разовое)					
Консервы овощные закусочные (икра кабачковая)	100	1,9	9,2	8,0	Сборник рецептов или ТТК
Суп из овощей	250	1,9	3,7	11,0	Сборник рецептов или ТТК
Котлеты, биточки, шницели	100	15,9	22,3	21,0	Сборник рецептов или ТТК
Картофельное пюре с маслом	180	3,8	5,6	25,7	Сборник рецептов или ТТК
Компот из изюма	200	0,4	0,1	21,5	Сборник рецептов или ТТК
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	Сборник рецептов или ТТК
Хлеб пеклеваный	70	4,5	0,6	28,8	Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	950	32,1	41,8	140,3	1 021,4
Полдник (5-ти разовое)					
Кекс стollenный	150	9,2	29,2	89,1	Сборник рецептов или ТТК
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	19,6	Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	350	10,2	29,4	108,7	750,3
Ужин (5-ти разовое)					
Лапшевник с творогом с соусом молочным (сладким)	250/50	23,2	16,2	62,5	Сборник рецептов или ТТК
Чай с сахаром и лимоном	200/15/5	0,2	0,0	15,2	Сборник рецептов или ТТК
Хлеб пшеничный	80	5,9	0,5	38,9	Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	600	29,3	16,7	116,6	736,8
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Кисломолочный продукт (ряженка)	180	5,0	4,4	7,4	Сборник рецептов или ТТК
Батон	30	2,3	0,9	15,0	Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	210	7,3	5,3	22,4	172,0
Всего за день:		97,2	115,9	512,8	3 457,5

Зав. Производствам:

МЕНЮ

на 22 ноября 2023г.



3 день Принем пищи, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белок, г	Жиры, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Каша молочная пшеничная вязкая с маслом	250	9,5	10,4	53,5	Сборник рецептов или ТТК
Бутерброд с повидлом	40/10/50	3,3	7,3	51,1	Сборник рецептов или ТТК
Чай с молоком или сливками (молоко)	200	1,7	1,3	17,3	Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	550	14,5	19,0	121,9	709,9
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	250	2,4	2,2	19,4	Сборник рецептов или ТТК
Котлета из говядины с капустой	100	15,6	23,2	13,6	Сборник рецептов или ТТК
Рагу овощное	180	3,6	7,6	20,5	Сборник рецептов или ТТК
Компот из свежих плодов	200	0,1	0,1	14,2	Сборник рецептов или ТТК
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:	950	31,5	34,1	129,7	808,3
Полдник (5-ти разовое)					
Плюшка (сдоба обыкновенная)	150	12,1	7,1	84,0	Сборник рецептов или ТТК
Компот из изюма	200	0,4	0,1	21,5	Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	350	12,5	7,2	105,5	546,5
Ужин (5-ти разовое)					
Котлета рыбная Любительская	100	11,2	10,0	12,3	Сборник рецептов или ТТК
Каша рассыпчатая с овощами (рисовая)	200	5,3	5,5	52,9	Сборник рецептов или ТТК
Напиток лимонный	200	0,1	0,0	16,7	Сборник рецептов 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	23,6	16,2	128,2	747,9
Ужин 2 (5-ти разовое)					
Кисломолочный продукт (снежок)	180	4,8	4,4	18,8	Сборник рецептов или ТТК
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7
Итого за прием пищи:	210	7,1	5,3	33,8	215,6
Дополнительное питание (к одному из приемов пищи) (2х, 5-ти разовое)					
Фрукты или овощи или Напитки (соки, нектары, компоты) или Кисломолочная продукция	200	0,8	0,8	19,0	Сборник рецептов или ТТК
Всего за день:		90,3	91,9	521,4	3 139,9

Зав. Производствам:

3 день Принем пищи, наименование блюда 7-11 лет	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белок, г	Жиры, г		
Завтрак (2х, 5-ти разовое)					
Каша молочная пшеничная вязкая с маслом	200	7,6	8,4	42,9	Сборник рецептов или ТТК
Бутерброд с повидлом	40/10/50	3,3	7,3	51,1	Сборник рецептов или ТТК
Чай с молоком или сливками (молоко)	200	1,7	1,3	17,3	Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	500	12,6	17,0	111,3	640,8
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	5,3	25,7
Суп картофельный	200	1,9	1,9	15,6	86,4
Котлета из говядины с капустой	90	14,0	20,9	12,1	151,2
Рагу овощное	150	3,1	6,6	17,2	141,3
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:	820	28,2	30,5	117,5	717,1
Полдник (5-ти разовое)					
Плюшка (сдоба обыкновенная)	100	8,0	4,8	56,0	305,4
Компот из изюма	200	0,4	0,1	21,5	88,5
Итого за прием пищи:	300	8,4	4,9	77,5	393,9
Ужин (5-ти разовое)					
Котлета рыбная Любительская	90	8,4	9,8	11,2	167,1
Каша рассыпчатая с овощами (рисовая)	150	3,9	4,0	39,8	211,4
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:	500	16,9	14,2	96,9	585,8
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
Дополнительное питание (к одному из приемов пищи) (2х, 5-ти разовое)					
Фрукты или овощи или Напитки (соки, нектары, компоты) или Кисломолочная продукция	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Всего за день:		77,0	79,0	438,6	2 875,2



Директор ООО "Славяна"

МЕНЮ

на 23 ноября 2023г.



4 день Принем пищи, наименование блюда 7-11 лет	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белок, г	Жиры, г		
Завтрак (2х, 6-ти разовое)					
Каша молочная манная жидкая с маслом	200	5,6	7,4	33,6	Сборник рецептов или ТТК
Яйцо вареное вкрутую	1шт	5,5	5,0	0,3	Сборник рецептов или ТТК
Какао с молоком	200	3,8	3,0	24,5	Сборник рецептов или ТТК
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	Сборник рецептов или ТТК
Итого за прием пищи:	605	19,4	15,8	87,6	570,5
Обед (2х, 6-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	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
Каша гречневая вязкая	150	4,4	4,7	19,9	138,6
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	20,4	84,0
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пеклеваный	50	3,2	0,4	20,6	98,9
Итого за прием пищи:	830	22,7	27,9	114,9	803,9
Полдник (6-ти разовое)					
Фрукты свежие	200	1,7	0,4	15,7	83,4
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	28,2	110,3
Итого за прием пищи:	300	1,8	0,4	43,9	193,7
Ужин (6-ти разовое)					
Консервы овощные закусочные (игра кабачковая)	100	1,9	9,2	8,0	123,2
Макароник с печенью	150	12,0	14,9	38,0	334,8
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	60,5
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	137,8
Итого за прием пищи:	510	18,6	24,5	90,2	656,3
Ужин 2 (6-ти разовое)					
Бутерброд с повидлом	20/15	1,6	0,1	19,2	82,4
Чай с сахаром и лимоном	200/15/5	0,2	0,0	15,2	62,1
Итого за прием пищи:	255	1,8	0,1	34,4	144,5
Дополнительное питание (в одном из приёмов пищи) (2х, 6-ти разовое)					
Фрукты или овощи или Напитки (соки, нектары, компоты) или Кисломолочная продукция	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Всего за день:		76,9	78,9	371,0	2 368,9

4 день Принем пищи, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белок, г	Жиры, г		
Завтрак (2х, 6-ти разовое)					
Каша молочная манная жидкая с маслом	250	7,0	9,2	41,8	Сборник рецептов или ТТК
Яйцо вареное вкрутую	1шт	5,4	4,9	0,3	Сборник рецептов или ТТК
Какао с молоком	200	3,8	3,0	24,5	Сборник рецептов или ТТК
Хлеб пшеничный	70	5,1	0,4	34,0	160,8
Итого за прием пищи:	566	21,3	17,5	100,6	648,0
Обед (2х, 6-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
Каша гречневая вязкая	180	5,2	5,7	23,8	166,3
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	20,4	84,0
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	35,0	30,4	134,2	918,6
Полдник (6-ти разовое)					
Фрукты свежие	200	1,7	0,4	15,7	83,4
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	28,2	110,3
Итого за прием пищи:	350	1,8	0,4	43,9	193,7
Ужин (6-ти разовое)					
Консервы овощные закусочные (игра кабачковая)	100	1,9	9,2	8,0	123,2
Макароник с печенью	200	19,9	22,5	48,4	453,7
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	60,5
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	29,0	32,4	117,7	857,6
Ужин 2 (6-ти разовое)					
Бутерброд с повидлом	20/15	1,6	0,1	19,2	82,4
Чай с сахаром и лимоном	200/15/5	0,2	0,0	15,2	62,1
Итого за прием пищи:	255	1,8	0,1	34,4	144,5
Дополнительное питание (в одном из приёмов пищи) (2х, 6-ти разовое)					
Фрукты или овощи или Напитки (соки, нектары, компоты) или Кисломолочная продукция	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Всего за день:		89,9	92,0	430,8	2 762,4

Зав. Производствам:

