

Фактическое ежедневное меню



Дата: 01.10.2025

Сезон: Осенний; Возрастная категория 12-18 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
3 день						
Завтрак						
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
21	Салат из моркови припущенной	120	1,44	7,20	13,44	124,80
204	Макароны отварные с сыром	200	13,54	15,92	34,11	334,40
573(ПР)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,20
121	Суп молочный с крупой (кукурузная)	250	3,71	4,47	7,68	89,0
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	10,06
Второй Завтрак						
581(ПР)	Кондитерские изделия	30	1,77	1,41	22,50	109,80
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
Обед						
34	Салат из свеклы с чесноком	100	1,40	6,10	7,50	91,00
96	Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	2,13	5,19	12,94	116,79
496	Котлеты из филе птицы панированные	100	12,66	8,76	3,81	159,00
143	Рагу из овощей	180	3,03	18,84	14,74	243,43
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,20
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,01	17,50	72,00
Полдник						
338	Плоды свежие	170	0,68	0,68	16,66	79,90
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
Ужин						
71	Овощи натуральные по сезону	100	0,80	0,10	1,70	10,00
403/513	Тефтели (2 вариант)	100/50	24,30	22,20	6,60	324,00
171	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,96	10,74	44,84	315,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,20
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
Второй ужин						
385	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00

Медицинский работник
Зав. столовой
Ответственный по питанию

Средство АА ЗМ
Средство АА ЗМ
Миниатюрная АА ЗМ

Фактическое ежедневное меню



Сезон: Осенний; Возрастная категория 12-18 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
3 день						
Завтрак						
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
21	Салат из моркови припущенной	100	1,20	6,00	11,20	104,00
204	Макароны отварные с сыром	175	11,84	13,93	29,85	292,60
573(ПР)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
121	Суп молочный с крупой (кукурузная)	250	3,71	4,47	7,68	89,0
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	10,06
Второй Завтрак						
581(ПР)	Кондитерские изделия	25	1,48	1,18	18,75	91,50
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
Обед						
34	Салат из свеклы с чесноком	100	1,40	6,10	7,50	91,00
96	Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	2,13	5,19	12,94	116,79
496	Котлеты из филе птицы панированные	110	13,93	9,64	4,19	174,90
143	Рагу из овощей	180	3,03	18,84	14,74	243,43
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,20
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,01	17,50	72,00
Медицинский работник			Подписано ВА			
Зав. столовой			Подписано ВА			
Ответственный по питанию			Подписано ВА			