

Здоровое
питание

МЕНЮ

2024 г.

Возрастная категория 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды



Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
Неделя 1	Запеканка из твор. со сгущ. молоком	130/40	18,13	24,07	41,33	381,91	63,84		
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,24	37,69	1,26		
День 1	Кондитерское изделие (печенье)	25	1,60	2,17	16,53	92,66	5,41		
	Завтрак	Фрукты свежие (яблоко)	125/110	0,44	0,44	10,78	51,70	15,9	
Итого за завтрак:		505	20,37	26,68	77,88	563,96	86,41	22,00	108,41
Обед	Салат из белокочанной капусты	60	0,98	3,10	5,80	54,56	4,04		
	Суп картофельный с крупой	200	1,70	1,94	18,97	97,05	6,72		
	Рыба запеченная	90	12,12	9,27	3,46	185,52	60,75		
	Картофельное пюре	150	3,18	4,25	19,78	130,66	12,81		
	Сок	200	1,00	0,15	20,70	94,00	11,96		
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	2,28		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	51,24	1,89		
Итого за обед:		770	24,00	19,39	100,27	706,79	100,45	22,00	122,45

Возрастная категория 12-17 лет, ОВЗ и инвалиды

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей	
			Б	Ж	У					
День 1	Запеканка из твор. со сгущ. молоком	160/50	22,36	29,65	46,21	472,32	71,34			
	Завтрак	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,24	37,69	1,71		
		Кондитерское изделие (печенье)	35	2,27	3,04	24,70	29,86	7,1		
		Фрукты свежие (яблоко)	125/110	0,44	0,44	10,78	51,70	15,9		
Итого за завтрак:		560	25,27	33,13	90,93	591,57	96,05	22,00	118,05	
Обед	Салат из белокочанной капусты	80	1,30	4,13	7,73	72,75	4,98			
	Суп картофельный с крупой	250	2,13	2,43	23,71	121,31	7,76			
	Рыба запеченная	100	13,50	10,30	3,84	206,13	62,69			
	Картофельное пюре	180	3,82	5,10	23,74	156,80	14,36			
	Сок	200	1,00	0,15	20,70	94,00	11,96			
	Хлеб пшеничный йодированный	55	4,18	0,44	27,06	128,92	3,13			
	Хлеб ржано-пшеничный	36	2,38	0,43	14,26	61,49	2,26			
Итого за обед:		901,00	28,31	22,98	121,04	841,40	107,14	22,00	129,14	

Зав. производством ООО "Здоровое питание"

Здоровое
ПИТАНИЕ

МЕНЮ

2024 г.

Возрастная категория 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды



Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
Неделя 1	Запеканка из твор. со сгущ. молоком	130/40	18,13	24,07	41,33	381,91	63,84		
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,24	37,69	1,26		
День 1	Кондитерское изделие (печенье)	25	1,60	2,17	16,53	92,66	5,41		
Завтрак	Фрукты свежие (мандарин)	125/110	0,88	0,22	8,25	41,80	15,9		
Итого за завтрак:		505	20,81	26,46	75,35	554,06	86,41	22,00	108,41
Обед	Салат из белокочанной капусты	60	0,98	3,10	5,80	54,56	4,04		
	Суп картофельный с крупой	200	1,70	1,94	18,97	97,05	6,72		
	Рыба запеченная	90	12,12	9,27	3,46	185,52	60,75		
	Картофельное пюре	150	3,18	4,25	19,78	130,66	12,81		
	Сок	200	1,00	0,15	20,70	94,00	11,96		
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	2,28		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	51,24	1,89		
Итого за обед:		770	24,00	19,39	100,27	706,79	100,45	22,00	122,45

Возрастная категория 12-17 лет, ОВЗ и инвалиды

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
День 1	Запеканка из твор. со сгущ. молоком	160/50	22,36	29,65	46,21	472,32	71,34		
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,24	37,69	1,71		
Завтрак	Кондитерское изделие (печенье)	35	2,27	3,04	24,70	29,86	7,1		
	Фрукты свежие (мандарин)	125/110	0,88	0,22	8,25	41,80	15,9		
Итого за завтрак:		560	25,71	32,91	88,40	581,67	96,05	22,00	118,05
Обед	Салат из белокочанной капусты	80	1,30	4,13	7,73	72,75	4,98		
	Суп картофельный с крупой	250	2,13	2,43	23,71	121,31	7,76		
	Рыба запеченная	100	13,50	10,30	3,84	206,13	62,69		
	Картофельное пюре	180	3,82	5,10	23,74	156,80	14,36		
	Сок	200	1,00	0,15	20,70	94,00	11,96		
	Хлеб пшеничный йодированный	55	4,18	0,44	27,06	128,92	3,13		
	Хлеб ржано-пшеничный	36	2,38	0,43	14,26	61,49	2,26		
Итого за обед:		901,00	28,31	22,98	121,04	841,40	107,14	22,00	129,14

Зав. производством ООО "Здоровое питание" _____

Здоровое
питание

МЕНЮ

2024 г.

Возрастная категория 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ООО "Здоровое питание"
А.Б. Семенов

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
Неделя 1	Плов из птицы	160	8,34	9,01	27,63	232,41	51,97		
	Какао на молоке витаминизированный	200	5,84	4,68	19,33	130,39	21,13		
День 2	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	7,92	34,16	1,26		
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	1,14		
Завтрак	Фрукты свежие (мандарин)	125/110	0,88	0,22	8,25	41,80	31,8		
Итого за завтрак:		510	17,90	14,31	72,97	485,64	107,30	22,00	129,3
Обед	Икра свекольная	60	1,30	4,20	6,80	71,40	5,15		
	Рассольник ленинградский со сметаной	200/10	1,30	2,36	18,78	109,98	13,29		
	Омлет с сыром	150	12,30	18,50	3,00	316,00	56,94		
	Кисель из кураги	200	1,40	0,00	29,00	122,00	10,74		
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	2,28		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	51,24	1,89		
	Фрукты свежие (яблоко)	125/110	0,44	0,44	10,78	51,70	31,8		
Итого за обед:		800	21,76	26,18	99,92	816,08	122,09	22,00	144,09

Возрастная категория 12-17 лет, ОВЗ и инвалиды

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
День 2	Плов из птицы	210	10,95	11,83	36,26	305,04	51,43		
	Какао на молоке витаминизированный	200	5,84	4,68	19,33	130,39	21,13		
Завтрак	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	51,24	1,89		
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	2,28		
	Фрукты свежие (мандарин)	114/100	0,80	0,20	7,50	38,00	29		
Итого за завтрак:		590	22,61	17,39	94,65	618,43	105,73	22,00	127,73
Обед	Икра свекольная	80	1,73	5,60	9,07	95,20	23,57		
	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	1,57	2,51	23,40	132,97	13,12		
	Омлет с сыром	200	16,40	24,70	4,00	395,00	62,52		
	Кисель из кураги	200	1,40	0,00	29,00	122,00	11,76		
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	2,15		
	Хлеб ржано-пшеничный	36	2,38	0,43	14,26	61,49	2,26		
	Фрукты свежие (яблоко)	125/110	0,44	0,44	10,78	51,70	31,8		
Итого за обед:		916	26,96	34,00	110,19	952,12	147,18	22,00	169,18

Зав. производством ООО "Здоровое питание"

Здоровое
ПИТАНИЕ

МЕНЮ

2024 г.

Возрастная категория 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды



УТВЕРЖДАЮ

Директор
ООО "Здоровое питание"
А.Б. Семенов

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
Неделя 1	Плов из птицы	160	8,34	9,01	27,63	232,41	51,97		
	Какао на молоке витаминизированный	200	5,84	4,68	19,33	130,39	21,13		
День 2	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	7,92	34,16	1,26		
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	1,14		
Завтрак	Фрукты свежие (мандарин)	125/110	0,88	0,22	8,25	41,80	31,8		
Итого за завтрак:		510	17,90	14,31	72,97	485,64	107,30	22,00	129,3
Обед	Икра свекольная	60	1,30	4,20	6,80	71,40	5,15		
	Рассольник ленинградский со сметаной	200/10	1,30	2,36	18,78	109,98	13,29		
	Омлет с сыром	150	12,30	18,50	3,00	316,00	56,94		
	Кисель из кураги	200	1,40	0,00	29,00	122,00	10,74		
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	2,28		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	51,24	1,89		
	Фрукты свежие (мандарин)	125/110	0,88	0,22	8,25	41,80	31,8		
Итого за обед:		800	22,20	25,96	97,39	806,18	122,09	22,00	144,09

Возрастная категория 12-17 лет, ОВЗ и инвалиды

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
День 2	Плов из птицы	210	10,95	11,83	36,26	305,04	51,43		
	Какао на молоке витаминизированный	200	5,84	4,68	19,33	130,39	21,13		
Завтрак	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	51,24	1,89		
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	2,28		
	Фрукты свежие (мандарин)	114/100	0,80	0,20	7,50	38,00	29		
Итого за завтрак:		590	22,61	17,39	94,65	618,43	105,73	22,00	127,73
Обед	Икра свекольная	80	1,73	5,60	9,07	95,20	23,57		
	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	1,57	2,51	23,40	132,97	13,12		
	Омлет с сыром	200	16,40	24,70	4,00	395,00	62,52		
	Кисель из кураги	200	1,40	0,00	29,00	122,00	11,76		
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	2,15		
	Хлеб ржано-пшеничный	36	2,38	0,43	14,26	61,49	2,26		
	Фрукты свежие (мандарин)	125/110	0,88	0,22	8,25	41,80	31,8		
Итого за обед:		916	27,40	33,78	107,66	942,22	147,18	22,00	169,18

Зав. производством ООО "Здоровое питание"



ОТВЕРЖДАЮ
Директор
ООО "Здоровое питание"
А.Б. Семенов

Здоровое
питание

МЕНЮ

2024 г.

Возрастная категория 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
Неделя 1	Плов из птицы	160	8,34	9,01	27,63	232,41	51,97		
	Какао на молоке витаминизированный	200	5,84	4,68	19,33	130,39	21,13		
День 2 Завтрак	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	7,92	34,16	1,26		
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	1,14		
	Фрукты свежие (яблоко)	125/110	0,44	0,44	10,78	51,70	31,8		
Итого за завтрак:		510	17,46	14,53	75,50	495,54	107,30	22,00	129,3
Обед	Икра свекольная	60	1,30	4,20	6,80	71,40	5,15		
	Рассольник ленинградский со сметаной	200/10	1,30	2,36	18,78	109,98	13,29		
	Омлет с сыром	150	12,30	18,50	3,00	316,00	56,94		
	Кисель из кураги	200	1,40	0,00	29,00	122,00	10,74		
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	2,28		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	51,24	1,89		
	Фрукты свежие (яблоко)	125/110	0,44	0,44	10,78	51,70	31,8		
Итого за обед:		800	21,76	26,18	99,92	816,08	122,09	22,00	144,09

Возрастная категория 12-17 лет, ОВЗ и инвалиды

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
День 2 Завтрак	Плов из птицы	210	10,95	11,83	36,26	305,04	51,43		
	Какао на молоке витаминизированный	200	5,84	4,68	19,33	130,39	21,13		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	51,24	1,89		
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	2,28		
	Фрукты свежие (яблоко)	114/100	0,40	0,40	9,80	47,00	29		
Итого за завтрак:		590	22,21	17,59	96,95	627,43	105,73	22,00	127,73
Обед	Икра свекольная	80	1,73	5,60	9,07	95,20	23,57		
	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	1,57	2,51	23,40	132,97	13,12		
	Омлет с сыром	200	16,40	24,70	4,00	395,00	62,52		
	Кисель из кураги	200	1,40	0,00	29,00	122,00	11,76		
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	2,15		
	Хлеб ржано-пшеничный	36	2,38	0,43	14,26	61,49	2,26		
	Фрукты свежие (яблоко)	125/110	0,44	0,44	10,78	51,70	31,8		
Итого за обед:		916	26,96	34,00	110,19	952,12	147,18	22,00	169,18

Зав. производством ООО "Здоровое питание" _____

Здоровое
питание

МЕНЮ

2024 г.

Возрастная категория 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
Неделя 1 День 3 Завтрак	Салат из белокоч. капусты с огурцом	60	1,32	4,20	2,22	49,72	9,00		
	Котлета особая	90	11,16	14,02	13,00	201,40	49,46		
	Соус томатный	30	0,99	0,72	2,67	21,24	2,80		
	Каша гречневая	150	3,46	4,47	36,00	133,70	8,75		
	Сок	200	1,00	0,20	20,20	92,00	11,96		
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	1,14		
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	7,92	34,16	1,26		
Итого за завтрак:		570	20,77	24,01	91,85	579,10	84,37	22,00	106,37
Обед	Помидор в нарезке	60	0,70	0,10	2,30	12,80	17,85		
	Суп картофельный с бобовыми	200	4,09	2,98	14,43	160,13	8,18		
	Капуста тушеная с мясом	150	11,56	16,43	9,90	274,55	71,58		
	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61,00	3,82		
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	2,28		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	51,24	1,89		
	Фрукты свежие (яблоко)	125/110	0,44	0,44	10,78	51,70	31,8		
Итого за обед:		790	21,91	20,63	84,17	705,18	137,40	22,00	159,4

Возрастная категория 12-17 лет, ОВЗ и инвалиды

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
День 3 Завтрак	Салат из белокоч. капусты с огурцом	100	2,20	7,00	3,70	82,87	14,06		
	Котлета особая	100	12,40	14,57	14,50	223,80	54,05		
	Каша гречневая	180	4,15	5,36	43,20	160,44	9,84		
	Сок (яблочный)	200	1,00	0,20	20,20	92,00	11,96		
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	1,71		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	51,24	1,89		
Итого за завтрак:		640	24,01	27,73	108,24	680,67	93,51	22,00	115,51
Обед	Помидор в нарезке	80	0,93	0,13	3,07	17,06	22,97		
	Уха с крупой	250/25	6,50	2,50	14,40	105,80	22,12		
	Капуста тушеная с мясом	200	22,10	21,90	13,20	339,40	88,63		
	Чай с молоком	200	4,82	3,63	13,76	106,33	12,8		
	Хлеб пшеничный йодированный	55	4,18	0,44	27,06	128,92	3,13		
	Хлеб ржано-пшеничный	36	2,38	0,43	14,26	61,49	2,26		
	Фрукты свежие (яблоко)	125/110	0,44	0,44	10,78	51,70	31,8		
Итого за обед:		956	41,35	29,47	96,53	810,70	183,71	22,00	205,71

Зав. производством ООО "Здоровое питание"





УТВЕРЖДАЮ
Директор
ООО "Здоровое питание"
А.Б. Семенов

Здоровое
питание

МЕНЮ

2024 г.

Возрастная категория 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
Неделя 1	Салат из белокоч. капусты с огурцом	60	1,32	4,20	2,22	49,72	9,00		
	Котлета особая	90	11,16	14,02	13,00	201,40	49,46		
День 3	Соус томатный	30	0,99	0,72	2,67	21,24	2,80		
Завтрак	Каша гречневая	150	3,46	4,47	36,00	133,70	8,75		
	Сок	200	1,00	0,20	20,20	92,00	11,96		
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	1,14		
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	7,92	34,16	1,26		
	Итого за завтрак:	570	20,77	24,01	91,85	579,10	84,37	22,00	106,37
Обед	Помидор в нарезке	60	0,70	0,10	2,30	12,80	17,85		
	Суп картофельный с бобовыми	200	4,09	2,98	14,43	160,13	8,18		
	Капуста тушеная с мясом	150	11,56	16,43	9,90	274,55	71,58		
	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61,00	3,82		
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	2,28		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	51,24	1,89		
	Фрукты свежие (мандарин)	125/110	0,88	0,22	8,25	51,80	31,8		
Итого за обед:	790	22,35	20,41	81,64	705,28	137,40	22,00	159,4	

Возрастная категория 12-17 лет, ОВЗ и инвалиды

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
День 3 Завтрак	Салат из белокоч. капусты с огурцом	100	2,20	7,00	3,70	82,87	14,06		
	Котлета особая	100	12,40	14,57	14,50	223,80	54,05		
	Каша гречневая	180	4,15	5,36	43,20	160,44	9,84		
	Сок (яблочный)	200	1,00	0,20	20,20	92,00	11,96		
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	1,71		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	51,24	1,89		
Итого за завтрак:	640	24,01	27,73	108,24	680,67	93,51	22,00	115,51	
Обед	Помидор в нарезке	80	0,93	0,13	3,07	17,06	22,97		
	Уха с крупой	250/25	6,50	2,50	14,40	105,80	22,12		
	Капуста тушеная с мясом	200	22,10	21,90	13,20	339,40	88,63		
	Чай с молоком	200	4,82	3,63	13,76	106,33	12,8		
	Хлеб пшеничный йодированный	55	4,18	0,44	27,06	128,92	3,13		
	Хлеб ржано-пшеничный	36	2,38	0,43	14,26	61,49	2,26		
	Фрукты свежие (мандарин)	125/110	0,88	0,22	8,25	51,80	31,8		
Итого за обед:	956	41,79	29,25	94,00	810,80	183,71	22,00	205,71	

Зав. производством ООО "Здоровое питание"

Здоровое
питание

МЕНЮ

2024 г.

Возрастная категория 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
Неделя 1	Салат из моркови по-корейски	60	1,20	4,20	6,00	68,00	4,27		
	Бефстроганов	50/50	13,10	19,16	6,84	253,05	68,64		
День 4	Макаронные изделия отварные	100	3,60	0,45	21,87	109,30	6,99		
Завтрак	Капуста тушеная	50	1,23	1,47	4,87	37,83	4,05		
	Компот из свежих яблок	200	0,30	0,20	11,10	46,70	6,53		
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	1,14		
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	7,92	34,16	1,26		
	Итого за завтрак:	550	22,27	25,88	68,44	595,92	92,88	22,00	114,88
Обед	Салат из сырых овощей	60	0,66	3,66	2,22	39,00	12,99		
	Борщ со сметаной	200/5	1,53	3,25	5,87	79,39	10,26		
	Биточки из говядины	90	11,56	14,42	13,88	209,80	55,01		
	Картофельное пюре	150	3,18	4,25	19,78	130,66	12,81		
	Кофейный напиток на молоке	200	5,60	5,10	19,24	145,09	16,15		
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	2,28		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	51,24	1,89		
	Фрукты свежие (мандарин)	125/110	0,88	0,22	8,25	51,80	31,8		
Итого за обед:	885	28,43	31,58	100,80	800,74	143,19	22,00	165,19	

Возрастная категория 12-17 лет, ОВЗ и инвалиды

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
День 4 Завтрак	Салат из моркови по-корейски	100	2,00	7,00	10,00	103,30	6,67		
	Бефстроганов	50/50	13,10	19,16	6,84	253,05	68,64		
	Макаронные изделия отварные	140	5,40	0,68	32,81	161,20	7,87		
	Капуста тушеная	40	0,98	1,18	3,90	30,26	3,07		
	Компот из свежих яблок	200	0,30	0,20	11,10	46,70	6,53		
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	2,28		
Итого за завтрак:	620	24,82	28,54	84,33	688,27	95,06	22,00	117,06	
Обед	Салат из сырых овощей	80	0,88	4,88	2,96	52,00	16,04		
	Борщ со сметаной	250/5	1,90	3,86	8,10	97,00	11,32		
	Биточки из говядины	100	12,84	16,02	15,42	233,10	55,98		
	Картофельное пюре	180	3,82	5,10	23,74	156,80	14,36		
	Кофейный напиток на молоке	200	5,60	5,10	19,24	145,09	16,15		
	Хлеб пшеничный йодированный	55	4,18	0,44	27,02	128,92	3,13		
	Хлеб ржано-пшеничный	36	2,38	0,43	14,26	61,49	2,26		
	Фрукты свежие (мандарин)	125/110	0,88	0,22	8,25	51,80	31,8		
Итого за обед:	1016	32,48	36,05	119,03	926,20	151,04	22,00	173,04	

Зав. производством ООО "Здоровое питание" _____



УТВЕРЖДАЮ

Директор
ООО "Здоровое питание"
А.Б. Семенов

Здоровое
ПИТАНИЕ

МЕНЮ

2024 г.

Возрастная категория 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды



УТВЕРЖДАЮ

Директор
ООО "Здоровое питание"
А.Б. Семенов

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
Неделя 1	Салат из моркови по-корейски	60	1,20	4,20	6,00	68,00	4,27		
	Бефстроганов	50/50	13,10	19,16	6,84	253,05	68,64		
День 4	Макаронные изделия отварные	100	3,60	0,45	21,87	109,30	6,99		
Завтрак	Капуста тушеная	50	1,23	1,47	4,87	37,83	4,05		
	Компот из свежих яблок	200	0,30	0,20	11,10	46,70	6,53		
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	1,14		
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	7,92	34,16	1,26		
	Итого за завтрак:		550	22,27	25,88	68,44	595,92	92,88	22,00
Обед	Салат из сырых овощей	60	0,66	3,66	2,22	39,00	12,99		
	Борщ со сметаной	200/5	1,53	3,25	5,87	79,39	10,26		
	Биточки из говядины	90	11,56	14,42	13,88	209,80	55,01		
	Картофельное пюре	150	3,18	4,25	19,78	130,66	12,81		
	Кофейный напиток на молоке	200	5,60	5,10	19,24	145,09	16,15		
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	2,28		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	51,24	1,89		
	Фрукты свежие (яблоко)	125/110	0,44	0,44	10,78	51,70	31,8		
Итого за обед:		885	27,99	31,80	103,33	800,64	143,19	22,00	165,19

Возрастная категория 12-17 лет, ОВЗ и инвалиды

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
День 4	Салат из моркови по-корейски	100	2,00	7,00	10,00	103,30	6,67		
	Бефстроганов	50/50	13,10	19,16	6,84	253,05	68,64		
Завтрак	Макаронные изделия отварные	140	5,40	0,68	32,81	161,20	7,87		
	Капуста тушеная	40	0,98	1,18	3,90	30,26	3,07		
	Компот из свежих яблок	200	0,30	0,20	11,10	46,70	6,53		
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	2,28		
	Итого за завтрак:		620	24,82	28,54	84,33	688,27	95,06	22,00
Обед	Салат из сырых овощей	80	0,88	4,88	2,96	52,00	16,04		
	Борщ со сметаной	250/5	1,90	3,86	8,10	97,00	11,32		
	Биточки из говядины	100	12,84	16,02	15,42	233,10	55,98		
	Картофельное пюре	180	3,82	5,10	23,74	156,80	14,36		
	Кофейный напиток на молоке	200	5,60	5,10	19,24	145,09	16,15		
	Хлеб пшеничный йодированный	55	4,18	0,44	27,02	128,92	3,13		
	Хлеб ржано-пшеничный	36	2,38	0,43	14,26	61,49	2,26		
	Фрукты свежие (яблоко)	125/110	0,44	0,44	10,78	51,70	31,8		
Итого за обед:		1016	32,04	36,27	119,03	926,10	151,04	22,00	173,04

Зав. производством ООО "Здоровое питание" _____

Здоровое
ПИТАНИЕ

МЕНЮ



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ООО "Здоровое питание"
А.Б. Семенов

2024
Возрастная категория 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
Неделя 1	Огурец в нарезке	60	0,48	0,12	1,50	8,52	17,85		
	Котлета рыбная	90	6,26	2,16	22,00	204,46	28,24		
День 5	Рагу из овощей	150	2,80	7,40	13,60	133,40	17,08		
Завтрак	Компот из кураги	200	1,00	0,10	15,70	66,90	8,87		
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	1,14		
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	7,92	34,16	1,26		
Итого за завтрак:		540	13,38	10,18	70,56	494,32	74,44	22,00	96,44
Обед	Салат из квашеной капусты	60	0,96	6,06	1,80	70,20	7,06		
	Суп с клецками	200/50	2,95	5,70	18,04	118,00	8,56		
	Плов из птицы	150	7,82	8,45	25,90	218,00	41,94		
	Какао на молоке витаминизированный	200	5,84	4,68	19,33	130,39	21,13		
	Хлеб пшеничный йодированный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	2,84		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	51,24	1,89		
Итого за обед:		740	23,35	25,65	101,55	705,03	83,42	22,00	105,42

Возрастная категория 12-17 лет, ОВЗ и инвалиды

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
День 5 Завтрак	Огурец в нарезке	100	0,80	0,20	2,50	14,20	28		
	Котлета рыбная	120	8,35	2,88	29,33	272,61	35,07		
	Рагу из овощей	180	3,36	8,88	16,32	160,08	19,21		
	Компот из кураги	200	1,00	0,10	15,70	66,90	9,97		
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	2,28		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	51,24	1,89		
Итого за завтрак:		670	18,53	12,74	95,41	658,79	96,42	22,00	118,42
Обед	Салат из квашеной капусты	80	1,28	8,08	2,40	93,60	8,67		
	Суп с клецками	250/50	3,80	7,13	20,60	146,00	8,62		
	Плов из птицы	200	10,43	11,27	34,53	290,52	54,61		
	Какао на молоке витаминизированный	200	5,84	4,68	19,33	130,39	21,13		
	Хлеб пшеничный йодированный	55	4,18	0,44	27,06	128,92	3,13		
	Хлеб ржано-пшеничный	36	2,38	0,43	14,26	61,49	2,26		
Итого за обед:		871	27,91	32,03	118,18	850,92	98,42	22,00	120,42

Зав. производством ООО "Здоровое питание"

**Здоровое
питание**

МЕНЮ

2024 г.

Возрастная категория 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
Неделя 2	<i>Зеленый горошек</i>	60	1,70	0,10	3,50	28,60	18,76		
	<i>Омлет натуральный</i>	150	12,70	18,00	5,30	225,50	36,14		
День 6	<i>Кисель плодово-ягодный витаминизированный</i>	200	0,00	0,00	23,00	92,00	7,38		
Завтрак	<i>Хлеб пшеничный йодированный</i>	20	1,52	0,16	9,84	46,88	1,14		
	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	20	1,32	0,24	7,92	34,16	1,26		
	<i>Фрукты свежие (мандарин)</i>	114/100	0,80	0,20	7,50	38,00	29,00		
Итого за завтрак:		550	18,04	18,70	57,06	465,14	93,68	22,00	115,68
Обед	<i>Икра свекольная</i>	60	1,44	4,26	6,24	69,00	5,15		
	<i>Рассольник ленинградский со сметаной</i>	200/10	1,30	2,36	12,80	109,98	13,29		
	<i>Гуляши</i>	50/50	12,70	16,13	3,70	218,70	61,14		
	<i>Каша ячневая вязкая</i>	150	3,61	3,76	22,39	138,11	7,57		
	<i>Сок</i>	200	1,34	0,60	15,36	64,00	11,96		
	<i>Хлеб пшеничный йодированный</i>	40	3,04	0,32	19,68	93,76	2,28		
	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	30	1,98	0,36	11,88	51,24	1,89		
	<i>Кондитерское изделие (печенье)</i>	30	2,00	2,61	19,83	111,19	6,63		
Итого за обед:		820	27,41	30,40	111,88	855,98	109,91	22,00	131,91

Возрастная категория 12-17 лет, ОВЗ и инвалиды

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
День 6	<i>Омлет с зеленым горошком</i>	200	13,30	15,73	7,20	261,50	46,41		
	<i>Кисель плодово-ягодный витаминизированный</i>	200	0,00	0,00	23,00	92,00	7,38		
Завтрак	<i>Хлеб пшеничный йодированный</i>	40	3,04	0,32	19,68	93,76	2,28		
	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	30	1,98	0,36	11,88	51,24	1,89		
	<i>Фрукты свежие (мандарин)</i>	114/100	0,80	0,20	7,50	38,00	29,00		
Итого за завтрак:		580	19,12	16,61	69,26	536,50	86,96	22,00	108,96
Обед	<i>Икра свекольная</i>	80	1,73	5,60	9,07	95,20	23,57		
	<i>Рассольник ленинградский со сметаной</i>	250/10	1,48	2,13	12,00	72,95	13,12		
	<i>Гуляши</i>	50/50	12,70	16,13	3,70	218,70	61,14		
	<i>Каша ячневая вязкая</i>	180	4,03	4,51	26,90	165,80	8,41		
	<i>Сок</i>	200	1,34	0,60	15,36	64,00	11,96		
	<i>Сыр порционно</i>	15	3,15	4,43	0,00	53,75	10,13		
	<i>Хлеб пшеничный йодированный</i>	55	4,18	0,44	27,06	128,92	3,13		
	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	36	2,38	0,43	14,26	61,49	2,26		
Итого за обед:		926	30,99	34,27	108,35	860,81	133,72	22,00	155,72

Зав. производством ООО "Здоровое питание"



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ООО "Здоровое питание"
А.Б. Семенов

Здоровое
питание

МЕНЮ

2024 г.

Возрастная категория 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ООО "Здоровое питание"
А.Б. Семенов

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
Неделя 2	Зеленый горошек	60	1,70	0,10	3,50	28,60	18,76		
	Омлет натуральный	150	12,70	18,00	5,30	225,50	36,14		
День 6	Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	0,00	0,00	23,00	92,00	7,38		
Завтрак	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	1,14		
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	7,92	34,16	1,26		
	Фрукты свежие (яблоко)	114/100	0,40	0,40	9,80	47,00	29,00		
Итого за завтрак:		550	17,64	18,90	59,36	474,14	93,68	22,00	115,68
Обед	Икра свекольная	60	1,44	4,26	6,24	69,00	5,15		
	Рассольник ленинградский со сметаной	200/10	1,30	2,36	12,80	109,98	13,29		
	Гуляш	50/50	12,70	16,13	3,70	218,70	61,14		
	Каша ячневая вязкая	150	3,61	3,76	22,39	138,11	7,57		
	Сок	200	1,34	0,60	15,36	64,00	11,96		
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	2,28		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	51,24	1,89		
	Кондитерское изделие (печенье)	30	2,00	2,61	19,83	111,19	6,63		
Итого за обед:		820	27,41	30,40	111,88	855,98	109,91	22,00	131,91

Возрастная категория 12-17 лет, ОВЗ и инвалиды

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
День 6	Омлет с зеленым горошком	200	13,30	15,73	7,20	261,50	46,41		
	Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	0,00	0,00	23,00	92,00	7,38		
Завтрак	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	2,28		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	51,24	1,89		
	Фрукты свежие (яблоко)	114/100	0,40	0,40	9,80	47,00	29,00		
Итого за завтрак:		580	18,72	16,81	71,56	545,50	86,96	22,00	108,96
Обед	Икра свекольная	80	1,73	5,60	9,07	95,20	23,57		
	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	1,48	2,13	12,00	72,95	13,12		
	Гуляш	50/50	12,70	16,13	3,70	218,70	61,14		
	Каша ячневая вязкая	180	4,03	4,51	26,90	165,80	8,41		
	Сок	200	1,34	0,60	15,36	64,00	11,96		
	Сыр порционнно	15	3,15	4,43	0,00	53,75	10,13		
	Хлеб пшеничный йодированный	55	4,18	0,44	27,06	128,92	3,13		
	Хлеб ржано-пшеничный	36	2,38	0,43	14,26	61,49	2,26		
Итого за обед:		926	30,99	34,27	108,35	860,81	133,72	22,00	155,72

Зав. производством ООО "Здоровое питание"

**Здоровое
питание**

МЕНЮ

2024 г.

Возрастная категория 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды



СВЕРЖДАЮ

Директор
ООО "Здоровое питание"
А.Б. Семенов

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
Неделя 2	Помидор в нарезке	60	0,70	0,10	2,30	12,80	17,85		
	Тефтели с соусом	60/30	7,70	7,68	11,24	166,69	30,47		
День 7	Картофельное пюре	150	3,18	4,25	19,78	130,66	12,81		
Завтрак	Сок (яблочный)	200	1,00	0,20	20,20	92,00	11,96		
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	1,14		
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	7,92	34,16	1,26		
Итого за завтрак:		540	15,42	12,63	71,28	483,19	75,49	22,00	97,49
Обед	Салат из моркови с черносливом	60	0,90	0,10	12,90	56,80	9,11		
	Суп с крупой и мясными фрикадельками	200/25	3,06	5,64	10,41	118,34	25,72		
	Сырники из творога со сгущенным молоком	150/40	20,08	23,70	34,21	390,08	69,57		
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,30	0,00	17,18	69,65	3,3		
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	2,28		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	51,24	1,89		
Итого за обед:		745	29,36	30,12	106,26	779,87	111,87	22,00	133,87

Возрастная категория 12-17 лет, ОВЗ и инвалиды

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
День 7 Завтрак	Помидор в нарезке	100	1,17	0,17	3,83	21,30	28,00		
	Тефтели с соусом	90/30	11,05	11,16	15,52	239,41	26,54		
	Картофельное пюре	180	3,82	5,10	23,74	156,80	14,36		
	Сок (яблочный)	200	1,00	0,20	20,20	92,00	11,96		
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	2,28		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	51,24	1,89		
Итого за завтрак:		670	22,06	17,31	94,85	654,51	85,03	22,00	107,03
Обед	Салат из моркови с черносливом	80	1,20	0,13	17,20	75,73	11,24		
	Суп с крупой и мясными фрикадельками	250/25	5,55	5,99	12,93	148,50	25,33		
	Сырники из творога со сгущенным молоком	180/40	21,40	31,44	37,01	444,40	75,50		
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,30	0,00	17,18	69,65	3,30		
	Хлеб пшеничный йодированный	55	4,18	0,44	27,06	128,92	3,13		
	Хлеб ржано-пшеничный	36	2,38	0,43	14,26	61,49	2,26		
Итого за обед:		866	35,01	38,43	125,64	928,69	120,76	22,00	142,76

Зав. производством ООО "Здоровое питание"

Здоровое
питание

МЕНЮ

2024 г.

Возрастная категория 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды



УТВЕРЖДАЮ

Директор
ООО "Здоровое питание"
А.Б. Семенов

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
Неделя 2	Салат из свеклы с зеленым горошком	60	1,02	3,78	4,38	55,80	5,10		
	Рыба тушеная в томате с овощами	110	11,23	5,03	5,30	161,20	43,21		
День 8	Картофель отварной	150	2,85	4,55	21,19	140,00	12,08		
Завтрак	Кофейный напиток на молоке	200	5,60	5,10	19,24	145,09	16,15		
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	1,14		
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	7,92	34,16	1,26		
Итого за завтрак:		560	23,54	18,86	67,87	583,13	78,94	22,00	100,94
Обед	Салат из сборных овощей	60	0,91	6,10	2,65	68,72	5,84		
	Суп-лапша домашняя	200	2,25	4,26	11,05	96,93	6,88		
	Биточек из кур	90	13,10	9,99	13,14	185,43	29,01		
	Каша пшеничная вязкая	150	4,18	3,75	24,98	150,96	8,11		
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,24	37,69	2,14		
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	2,28		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	51,24	1,89		
	Фрукты свежие (яблоко)	125/110	0,44	0,44	10,78	51,70	15,9		
Итого за обед:		880	26,10	25,22	103,40	736,43	72,05	22,00	94,05

Возрастная категория 12-17 лет, ОВЗ и инвалиды

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
День 8 Завтрак	Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,70	6,30	7,30	93,00	7,79		
	Рыба тушеная в томате с овощами	120	12,25	5,50	5,78	175,90	46,91		
	Картофель отварной	180	3,42	5,46	25,43	168,00	13,57		
	Кофейный напиток на молоке	200	5,60	5,10	19,24	145,09	16,15		
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	1,14		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	51,24	1,89		
Итого за завтрак:		650	26,47	22,88	79,47	680,11	87,45	22,00	109,45
Обед	Салат из сборных овощей	80	1,21	8,13	3,54	91,70	7,26		
	Суп-лапша домашняя	250	2,81	5,33	13,82	121,20	7,95		
	Биточек из кур	100	14,60	11,10	14,60	206,03	28,93		
	Каша пшеничная вязкая	180	5,02	4,50	29,98	181,15	9,00		
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,24	37,69	2,51		
	Хлеб пшеничный йодированный	55	4,18	0,44	27,06	128,92	3,13		
	Хлеб ржано-пшеничный	36	2,38	0,43	14,26	61,49	2,26		
	Фрукты свежие (яблоко)	125/110	0,44	0,44	10,78	51,70	15,90		
Итого за обед:		1011	30,84	30,37	123,28	879,88	76,94	22,00	98,94

Зав. производством ООО "Здоровое питание" _____

Здоровое
питание

МЕНЮ

2024 г.

Возрастная категория 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды



УТВЕРЖДАЮ

Директор

ООО "Здоровое питание"

А.Б. Семенов

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
Неделя 2	Салат из свеклы с зеленым горошком	60	1,02	3,78	4,38	55,80	5,10		
	Рыба тушеная в томате с овощами	110	11,23	5,03	5,30	161,20	43,21		
День 8	Картофель отварной	150	2,85	4,55	21,19	140,00	12,08		
Завтрак	Кофейный напиток на молоке	200	5,60	5,10	19,24	145,09	16,15		
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	1,14		
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	7,92	34,16	1,26		
Итого за завтрак:		560	23,54	18,86	67,87	583,13	78,94	22,00	100,94
Обед	Салат из сборных овощей	60	0,91	6,10	2,65	68,72	5,84		
	Суп-латша домашняя	200	2,25	4,26	11,05	96,93	6,88		
	Биточек из кур	90	13,10	9,99	13,14	185,43	29,01		
	Каша пшеничная вязкая	150	4,18	3,75	24,98	150,96	8,11		
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,24	37,69	2,14		
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	2,28		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	51,24	1,89		
	Фрукты свежие (мандарин)	125/110	0,88	0,22	8,25	41,80	15,9		
Итого за обед:		880	26,54	25,00	100,87	726,53	72,05	22,00	94,05

Возрастная категория 12-17 лет, ОВЗ и инвалиды

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
День 8	Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,70	6,30	7,30	93,00	7,79		
	Рыба тушеная в томате с овощами	120	12,25	5,50	5,78	175,90	46,91		
Завтрак	Картофель отварной	180	3,42	5,46	25,43	168,00	13,57		
	Кофейный напиток на молоке	200	5,60	5,10	19,24	145,09	16,15		
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	1,14		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	51,24	1,89		
	Итого за завтрак:		650	26,47	22,88	79,47	680,11	87,45	22,00
Обед	Салат из сборных овощей	80	1,21	8,13	3,54	91,70	7,26		
	Суп-латша домашняя	250	2,81	5,33	13,82	121,20	7,95		
	Биточек из кур	100	14,60	11,10	14,60	206,03	28,93		
	Каша пшеничная вязкая	180	5,02	4,50	29,98	181,15	9,00		
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	9,24	37,69	2,51		
	Хлеб пшеничный йодированный	55	4,18	0,44	27,06	128,92	3,13		
	Хлеб ржано-пшеничный	36	2,38	0,43	14,26	61,49	2,26		
	Фрукты свежие (мандарин)	125/110	0,88	0,22	8,25	41,80	15,90		
Итого за обед:		1011	31,28	30,15	120,75	869,98	76,94	22,00	98,94

Зав. производством ООО "Здоровое питание"

Здоровое
питание

МЕНЮ

2024 г.

Возрастная категория 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды



УТВЕРЖДАЮ

Директор
ООО "Здоровое питание"
А.Б. Семенов

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
Неделя 2	Сыр порционно	25	5,25	7,38	0,00	89,58	17,20		
	Каша молочная рисовая	250	5,60	6,42	31,71	208,61	18,68		
День 9	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61,00	3,19		
Завтрак	Булочка "Домашняя"	50	4,64	0,99	26,11	132,00	6,00		
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	7,92	34,16	1,26		
Итого за завтрак:		545	16,91	15,03	80,94	525,35	46,33	22,00	68,33
Обед	Салат из бел.капусты с огурцом и кукур	60	0,92	4,25	5,02	54,10	16,11		
	Суп крестьянский с крупой	200	1,61	2,04	12,69	95,35	7,85		
	Рыба запеченная в омлете	100	10,24	9,69	6,26	198,06	58,60		
	Картофельное пюре	150	3,18	4,25	19,78	130,66	12,81		
	Сок	200	1,34	0,60	15,36	64,00	11,96		
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	2,28		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	51,24	1,89		
	Фрукты свежие (мандарин)	125/110	0,88	0,22	8,25	41,80	31,80		
Итого за обед:		880	23,19	21,73	98,92	728,97	143,30	22,00	165,3

Возрастная категория 12-17 лет, ОВЗ и инвалиды

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
День 9 Завтрак	Сыр порционно	30	6,30	8,86	0,00	107,50	19,24		
	Суп молочный с крупой	300	7,23	7,74	24,78	197,70	18,93		
	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61,00	3,99		
	Булочка "Домашняя"	50	4,64	0,99	26,11	132,00	6,00		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	51,24	1,89		
Итого за завтрак:		610	20,25	17,95	77,97	549,44	50,05	22,00	72,05
Обед	Салат из бел.капусты с огурцом и кукур	80	1,23	5,70	6,70	72,20	19,97		
	Суп крестьянский с крупой	250	2,02	2,55	15,90	119,20	9,07		
	Рыба запеченная с картофелем по-русски	225	13,50	8,90	22,70	235,00	63,70		
	Сок	200	1,34	0,60	15,36	64,00	11,96		
	Хлеб пшеничный йодированный	55	4,18	0,44	27,06	128,92	3,13		
	Хлеб ржано-пшеничный	36	2,38	0,43	14,26	61,49	2,26		
	Кондитерское изделие (печенье сахарное)	45	3,00	3,92	29,76	166,80	9,32		
	Фрукты свежие (мандарин)	125/110	0,88	0,22	8,25	41,80	31,80		
Итого за обед:		1001	28,53	22,76	139,99	889,41	151,21	22,00	173,21

Зав. производством ООО "Здоровое питание"

Здоровое
питание

МЕНЮ

2023

Возрастная категория 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды



УТВЕРЖДАЮ

Директор
ООО "Здоровое питание"
А.Б. Семенов

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
Неделя 2	Сыр порционно	25	5,25	7,38	0,00	89,58	17,20		
	Каша молочная рисовая	250	5,60	6,42	31,71	208,61	18,68		
День 9	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61,00	3,19		
Завтрак	Булочка "Домашняя"	50	4,64	0,99	26,11	132,00	6,00		
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	7,92	34,16	1,26		
Итого за завтрак:		545	16,91	15,03	80,94	525,35	46,33	22,00	68,33
Обед	Салат из бел.капусты с огурцом и кукур	60	0,92	4,25	5,02	54,10	16,11		
	Суп крестьянский с крупой	200	1,61	2,04	12,69	95,35	7,85		
	Рыба запеченная в омлете	100	10,24	9,69	6,26	198,06	58,60		
	Картофельное пюре	150	3,18	4,25	19,78	130,66	12,81		
	Сок	200	1,34	0,60	15,36	64,00	11,96		
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	2,28		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	51,24	1,89		
	Фрукты свежие (яблоко)	125/110	0,44	0,44	10,78	51,70	31,80		
Итого за обед:		880	22,75	21,95	101,45	738,87	143,30	22,00	165,3

Возрастная категория 12-17 лет, ОВЗ и инвалиды

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
День 9	Сыр порционно	30	6,30	8,86	0,00	107,50	19,24		
Завтрак	Суп молочный с крупой	300	7,23	7,74	24,78	197,70	18,93		
	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61,00	3,99		
	Булочка "Домашняя"	50	4,64	0,99	26,11	132,00	6,00		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	51,24	1,89		
Итого за завтрак:		610	20,25	17,95	77,97	549,44	50,05	22,00	72,05
Обед	Салат из бел.капусты с огурцом и кукур	80	1,23	5,70	6,70	72,20	19,97		
	Суп крестьянский с крупой	250	2,02	2,55	15,90	119,20	9,07		
	Рыба запеченная с картофелем по-русски	225	13,50	8,90	22,70	235,00	63,70		
	Сок	200	1,34	0,60	15,36	64,00	11,96		
	Хлеб пшеничный йодированный	55	4,18	0,44	27,06	128,92	3,13		
	Хлеб ржано-пшеничный	36	2,38	0,43	14,26	61,49	2,26		
	Кондитерское изделие (печенье сахарное)	45	3,00	3,92	29,76	166,80	9,32		
	Фрукты свежие (яблоко)	125/110	0,44	0,44	10,78	51,70	31,80		
Итого за обед:		1001	28,09	22,98	142,52	899,31	151,21	22,00	173,21

Зав. производством ООО "Здоровое питание" _____

Здоровое
Питание

МЕНЮ



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ООО "Здоровое питание"
А.Б. Семенов

Возрастная категория 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
Неделя 2	<i>Азу</i>	200	15,79	15,75	16,64	263,81	65,46		
	<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	200	0,30	0,00	17,18	69,65	3,30		
День 10 Завтрак	<i>Хлеб пшеничный йодированный</i>	20	1,52	0,16	9,84	46,88	1,14		
	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	20	1,32	0,24	7,92	34,16	1,26		
	<i>Фрукты свежие (мандарин)</i>	114/100	0,80	0,20	7,50	38,00	29,00		
Итого за завтрак:		540	19,73	16,35	59,08	452,50	100,16	22,00	122,16
Обед	<i>Салат из моркови по-корейски</i>	60	1,20	4,20	6,00	68,00	4,27		
	<i>Щи из свеж.капусты с картоф.и сметаной</i>	200/5	1,70	3,31	6,77	94,15	10,36		
	<i>Котлеты из говядины</i>	90	11,56	14,42	13,88	209,80	55,01		
	<i>Макаронны отварные</i>	150	5,40	4,89	32,81	134,00	10,82		
	<i>Какао на молоке витаминизированный</i>	200	5,84	4,68	19,33	130,39	21,13		
	<i>Хлеб пшеничный йодированный</i>	50	3,80	0,40	24,60	117,20	2,84		
	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	30	1,98	0,36	11,88	51,24	1,89		
Итого за обед:		785	31,48	32,26	115,27	804,78	106,32	22,00	128,32

Возрастная категория 12-17 лет, ОВЗ и инвалиды

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
День 10 Завтрак	<i>Азу</i>	225	16,80	19,28	17,19	312,90	86,09		
	<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	200	0,30	0,00	17,18	69,65	4,48		
	<i>Хлеб пшеничный йодированный</i>	40	3,04	0,32	19,68	93,76	2,28		
	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	30	1,98	0,36	11,88	51,24	1,89		
	<i>Фрукты свежие (мандарин)</i>	114/100	0,80	0,20	7,50	38,00	29,00		
Итого за завтрак:		595	22,92	20,16	73,43	565,55	123,74	22,00	145,74
Обед	<i>Салат из моркови по-корейски</i>	80	1,60	5,60	8,00	91,00	5,45		
	<i>Щи из свеж.капусты с картоф.и сметаной</i>	250/5	2,09	3,91	8,42	115,44	11,61		
	<i>Котлеты из говядины</i>	100	12,84	16,02	15,42	233,10	55,99		
	<i>Макаронны отварные</i>	180	5,48	5,90	39,40	160,80	10,31		
	<i>Какао на молоке витаминизированный</i>	200	5,84	4,68	19,33	130,39	21,13		
	<i>Хлеб пшеничный йодированный</i>	55	4,18	0,44	27,06	128,92	3,13		
	<i>Хлеб ржано-пшеничный</i>	36	2,38	0,43	14,26	61,49	2,26		
Итого за обед:		906	34,41	36,98	131,89	921,14	109,88	22,00	131,88

Зав. производством ООО "Здоровое питание" _____

Здоровое
питание

МЕНЮ

2024 г.

Возрастная категория 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ООО "Здоровое питание"
А.Б. Семенов

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
Неделя 2	Азу	200	15,79	15,75	16,64	263,81	65,46		
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,30	0,00	17,18	69,65	3,30		
День 10 Завтрак	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	1,14		
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	7,92	34,16	1,26		
	Фрукты свежие (яблоко)	114/100	0,40	0,40	9,80	58,50	29,00		
Итого за завтрак:		540	19,33	16,55	61,38	473,00	100,16	22,00	122,16
Обед	Салат из моркови по-корейски	60	1,20	4,20	6,00	68,00	4,27		
	Щи из свеж.капусты с картоф.и сметаной	200/5	1,70	3,31	6,77	94,15	10,36		
	Котлеты из говядины	90	11,56	14,42	13,88	209,80	55,01		
	Макароны отварные	150	5,40	4,89	32,81	134,00	10,82		
	Какао на молоке витаминизированный	200	5,84	4,68	19,33	130,39	21,13		
	Хлеб пшеничный йодированный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	2,84		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	51,24	1,89		
Итого за обед:		785	31,48	32,26	115,27	804,78	106,32	22,00	128,32

Возрастная категория 12-17 лет, ОВЗ и инвалиды

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб	Стоимость услуги, руб	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
День 10 Завтрак	Азу	225	16,80	19,28	17,19	312,90	86,09		
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,30	0,00	17,18	69,65	4,48		
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	2,28		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	51,24	1,89		
	Фрукты свежие (яблоко)	114/100	0,40	0,40	9,80	58,50	29,00		
Итого за завтрак:		595	22,52	20,36	75,73	586,05	123,74	22,00	145,74
Обед	Салат из моркови по-корейски	80	1,60	5,60	8,00	91,00	5,45		
	Щи из свеж.капусты с картоф.и сметаной	250/5	2,09	3,91	8,42	115,44	11,61		
	Котлеты из говядины	100	12,84	16,02	15,42	233,10	55,99		
	Макароны отварные	180	5,48	5,90	39,40	160,80	10,31		
	Какао на молоке витаминизированный	200	5,84	4,68	19,33	130,39	21,13		
	Хлеб пшеничный йодированный	55	4,18	0,44	27,06	128,92	3,13		
	Хлеб ржано-пшеничный	36	2,38	0,43	14,26	61,49	2,26		
Итого за обед:		906	34,41	36,98	131,89	921,14	109,88	22,00	131,88

Зав. производством ООО "Здоровое питание" _____