

Меню первый день
Сезон осенне-зимний
Возрастная категория старше 12 лет



№ ТК	Наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг								Минеральные вещества	
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
	Завтрак															
№173	Каша вязкая молочная рисовая	210	7	9	36	249	0,21	1	55	0,5	140,6	255	72	1,2		
№1	Бутерброд с маслом сливоч.	40	2,6	8,8	14,3	147	0	0	65	0,1	1,2	1,9	0	0		
№943	Чай с сахаром	215	0,10	0	15	60	0	0	0	0	2,59	0	1,13	0,18		
	Итого	465	9,7	17,8	65,3	456	0,21	1	120	0,6	144,39	256,9	73,13	1,38		
	Обед															
№83	Борщ с картофелем и мясом птицы	250/13	7	10	18	192	0,12	22	321	2,5	42,1	122,4	41,1	2,1		
№413	Макаронные изделия отварные(рожки)	150	7	8	44	280	0,11	0	59	1	13,1	56,5	47,9	1		
№260	Гуляш из свинины	50/50	13	34	2	367	0,46	1	0	2,6	10,2	151,5	22,	1,6		
№868	Компот из сухофруктов	200	1	0	17	87,6	0,01	1	30	0,4	23,2	20,2	15,4	0,7		
№108	Хлеб	60	4,56	0,48	29,52	70,5	0	0	0	0	0,69	0	4,98	6,34		
	Итого	773	32,56	52,48	110,56	997,1	0,7	24	410	6,5	89,29	350,6	131,38	11,74		
	Ужин															
№708	Капуста тушенная с мясом (свинина)	250	16	30	16	401	0,49	130	141	0,7	148	224,5	67,6	3,2		
№943	Чай с сахаром	215	0,10	0	15	60	0	0	0	0	2,59	0	1,13	1,38		
№108	Хлеб	60	4,56	0,48	29,52	70,5	0	0	0	0	0,69	0	4,98	6,34		
	Итого	525	20,66	30,48	60,52	531,5	0,49	130	141	0,7	151,29	224,5	73,71	10,92		
	Итого за день		62,92	100,76	236,38	1984,6	1,4	155	671	7,8	384,97	832	278,22	24,04		

Гл, бухгалтер  Сушко С.Л.

зав.производством

Кан Т.В. бухгалтер

Меню второй день

Сезон осенне-зимний

Возрастная категория старше 12 лет

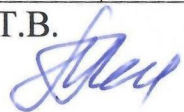


№ ТК	Наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
№390	Каша жидкая молочная из манной крупы	210	6,0	12,0	27,0	238	0,08	1,0	87	0,6	127,4	118,3	19,6	0,4
№1	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,6	8,8	14,3	147	0	0	65	0,1	1,2	1,9	0	0
№943	Чай с сахаром	215	0,10	0	15,0	60,0	0	0	0	0	2,59	0	1,13	0,18
	Итого	465	8,7	20,8	56,3	445	0,08	1,0	152	0,7	131,19	120,2	20,73	0,58
	Обед													
№82	Борщ из свежей капусты с картофелем и мясом птицы	250/13	7,0	10,0	12,0	162	0,08	23,0	261	2,5	44,1	99,2	31,7	1,7
№694	Картофельное пюре	150	5,0	6,0	36,0	217	0,26	43,0	45,0	0,3	56,5	149,4	52,6	1,9
№605	Котлета из свинины	50	12,0	41,0	0	419	0,45	0	98,0	0,5	7,8	143,9	20,6	1,5
№943	Чай с сахаром	215	0,10	0	15,0	60,0	0	0	0	0	2,59	0	1,13	0,18
№108	Хлеб	60	4,56	0,48	29,52	70,5	0	0	0	0	0,69	0	4,98	6,34
	Итого	738	28,66	57,48	92,52	928,5	0,79	66,0	404	3,3	111,68	392,5	111,01	11,62
	Ужин													
№265	Плов из свинины	250	18,0	41,0	43,0	612	0,69	2,0	400	5,4	41,6	377,3	106,7	3,1
№943	Чай с сахаром	215	0,10	0	15,0	60,0	0	0	0	0	2,59	0	1,13	0,18
№108	Хлеб	60	4,56	0,48	29,52	70,5	0	0	0	0	0,69	0	4,98	6,34
	Итого	525	22,66	41,48	87,52	742,5	0,69	2	400	5,4	44,88	377,3	112,81	9,62
	Итого за день		60,02	101,76	236,34	2116	1,56	69	956	9,4	287,75	890	244,55	21,82

Гл. бухгалтер  Сушко С.Л.

зав. производством

Кан Т.В.

бухгалтер 

Меню третий день
Сезон осенне-зимний
Возрастная категория старше 12 лет

УТВЕРЖДАЮ
Директор КГА ПОУ ХТК
Л.В. Менькова
« 9 » 01 2022 г.



№ ТК	Наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
№235	Суп молочный с макаронными изделиями(вермишель)	200	5,0	5,0	16,0	129	0,07	1,0	35	0,3	123,3	104,3	26,2	0,4
№1	Бутерброд с маслом	40	2,6	8,8	14,3	147	0	0	65	0,1	1,2	1,9	0	0
№943	Чай с сахаром	215	0,10	0	15,0	60,0	0	0	0	0	2,59	0	1,13	0,18
	Итого	455	7,7	13,8	45,3	336	0,07	1,0	100	0,4	127,09	106,2	27,33	0,58
	Обед													
№206	Суп картофельный с бобовыми мясом птицы	250/13	11,0	10,0	22,0	228	0,29	15,0	281	2,6	35,9	141,2	44,3	2,6
№8	Каша гречневая	100/5	5,0	6,0	27,0	179	0,14	0	34,0	0,4	34,2	4,0	123,8	4,0
№619	Тефтели из свинины с соусом	60/50	8,0	23,0	10,0	283	0,28	3,0	100	3,9	15,2	113,1	23,0	1,2
№868	Компот из сухофруктов	200	1,0	0	17,0	87,6	0,01	1,0	30,0	0,4	23,2	20,2	15,4	0,7
№108	Хлеб	60	4,56	0,48	29,52	70,5	0	0	0	0	0,69	0	4,98	6,34
	Итого	738	29,56	39,48	105,52	848,1	0,72	19	445	7,3	109,19	278,5	211,48	14,84
	Ужин													
№683	Рис припущенный	150/5	4	6	33	198	0,18	0	33	0,5	21,8	174,8	61,5	1,1
№592	Печень тушенная в соусе	50/50	16	8	9	177	0,27	29	72,96	3,1	11,1	279,8	18,8	6,1
№943	Чай с сахаром	200/15	0,10	0	15,0	60,0	0	0	0	0	2,59	0	1,13	0,18
№108	Хлеб	60	4,56	0,48	29,52	70,5	0	0	0	0	0,69	0	4,98	6,34
	Итого	530	24,66	14,48	86,52	325,5	0,45	29	105,98	3,6	36,18	454,6	86,41	13,72
	Итого за день		61,92	67,76	237,34	1509,60	1,24	49	650,98	11,3	272,46	839,3	325,22	29,14

гл.бухг. Сушко С.Л. зав.произв. Кан Т.В. бухгалтер

Меню четвертый день
 УТВЕРЖДАЮ
 Сезон осенне-зимний
 Возрастная категория старше 12 лет



№ ТК	Наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
№236	Суп молочный с крупой (гречневая)	200	5	5	14	122	0,09	1	35	0,1	131,4	143,8	55,3	1,4
№1	Бутерброд с маслом	40	2,6	8,8	14,3	147	0	0	65	0,1	1,2	1,9	0	0
№943	Чай с сахаром	215	0,10	0	15,0	60	0	0	0	0	2,59	0	1,13	0,18
	Итого	455	7,7	13,8	43,3	329	0,09	1	100	0,2	135,19	145,7	56,43	1,58
	Обед													
№204	Суп картофельный с рыбными консервами (сайра)	250/13	3	5	25	155	0,17	22	263	2	22,1	107,3	42	1,3
№413	Макаронные изделия отварные(рожки)	150	6	5	36	210	0,09	0	33	0,8	10,3	45,3	38,8	0,8
№591	Гуляш из свинины	50/50	13	34	3	370	0,46	1	0	2,6	10,4	152,3	23	1,6
№868	Компот из сухофруктов	200	1	0	17	87,6	0,01	1	30	0,4	23,2	20,2	15,4	0,7
№108	Хлеб	60	4,56	0,48	29,52	70,5	0	0	0	0	0,69	0	4,98	6,34
	Итого	773	27,56	44,48	110,52	893,1	0,73	24	326	5,8	66,69	325,1	124,18	10,74
	Ужин													
№708	Капуста тушенная с мясом (свинина)	250	16	30	16	401	0,49	130	141	0,7	148	224,5	67,6	3,2
№943	Чай с сахаром	215	0,1	0	15	60	0	0	0	0	2,59	0	1,13	0,18
№108	Хлеб	60	4,56	0,48	29,52	70,5	0	0	0	0	0,69	0	4,98	6,34
	Итого	525	20,66	30,48	60,52	531,5	0,49	130	141	0,7	151,28	224,5	73,71	9,72
	Итого за день:		55,92	88,76	214,34	1753,6	1,31	155	567	6,7	353,16	2006,6	254,32	22,04

гл.бухг. Сушко С.Л.

зав.произв.

Кан Т.В.

бухгалтер

Меню пятый день
 УТВЕРЖДАЮ
 Сезон осенне-зимний
 Возрастная категория старше 12 лет



№ ТК	Наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
№390	Каша жидкая молочная из манной крупы	210	6	8	27	201	0,08	1	55	0,5	126,8	117,3	19,6	0,4
№1	Бутерброд с маслом	40	2,6	8,8	14,3	147	0	0	65	0,1	1,2	1,9	0	0
№943	Чай с сахаром	215	0,1	0	15	60	0	0	0	0	2,59	0	1,13	0,18
	Итого	465	8,7	16,8	56,3	408	0,08	1	100	0,6	130,59	119,2	20,73	0,58
	Обед													
№82	Борщ из свежей капусты с картофелем и мясом птицы	250/13	7,0	10,0	12,0	162	0,08	23,0	261	2,5	44,1	99,2	31,7	1,7
№683	Рис припущенный	150/5	4	6	33	198	0,18	0	33	0,5	21,8	174,8	61,5	1,1
№562	Поджарка из свинины	50/15	13	36	2	383	0,46	2	0	3,5	13,5	156,7	24,2	1,7
№943	Чай с сахаром	215	0,1	0	15	60	0	0	0	0	2,59	0	1,13	0,18
№108	Хлеб	60	4,56	0,48	29,52	70,5	0	0	0	0	0,69	0	4,98	6,34
	Итого	758	28,66	52,48	91,52	873,5	0,72	25	294	6,5	81,99	430,7	123,51	11,02
	Ужин													
№413	Макаронные изделия отварные (рожки)	150	6	5	36	210	0,09	0	33	0,8	10,3	45,3	38,8	0,8
№643	Птица тушенная в соусе	50/50	20	26	3	322	0,08	1	177	3,2	19,9	183,7	22,1	1,8
№108	Хлеб	60	4,56	0,48	29,52	70,5	0	0	0	0	0,69	0	4,98	6,34
№943	Чай с сахаром	215	0,1	0	15	60	0	0	0	0	2,59	0	1,13	0,18
	Итого	525	30,66	31,48	83,52	662,25	0,17	1	210	4	33,48	229	67,01	9,12
	Итого за день		68,02	100,76	231,34	1943,75	0,97	27	604	11,1	246,06	778,9	211,25	20,72

гл.бухгалт. Сушко С.Л.

зав.произв. Кан Т.В. бухгалтер

Меню шестой день
 УТВЕРЖДАЮ
 Сезон осенне-зимний
 Возрастная категория старше 12 лет

Директор ЮГА ПОУ ХТК
 Л.В. Менякова
 « 21 » 2022 г.



№ ТК	Наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
№384	Каша вязкая молочная из овсяной крупы	210	8	10	31	247	0,25	1	54	0,8	146,4	242,7	64,8	1,8
№1	Бутерброд с маслом	40	2,6	8,8	14,3	147	0	0	65	0,1	1,2	1,9	0	0
№943	Чай с сахаром	215	0,1	0	15	60	0	0	0	0	2,59	0	1,13	0,18
	Итого	465	10,7	18,8	60,3	454	0,25	1	119	0,9	150,19	244,6	65,93	1,98
	Обед													
№206	Суп картофельный с бобовыми(горох лущен) с мясом птицы	250/13	11,0	10	22	228	0,29	15	281	2,6	35,9	141,2	44,3	2,6
№413	Макаронные изделия отварные (рожки)	150	6	5	36	210	0,09	0	33	0,8	10,3	45,3	38,8	0,8
№605	Котлета из свинины	50	7	19	3	211	0,24	0	35	0,3	18,7	85,7	12,6	0,5
№868	Компот из сухофруктов	200	1	0	17	87,6	0,01	1	30	0,4	23,2	20,2	15,4	0,7
№108	Хлеб	60	4,56	0,48	29,52	70,5	0	0	0	0	0,69	0	4,98	6,34
	Итого	723	29,56	34,48	107,52	807,1	0,63	16	379	4,1	88,79	292,2	116,08	10,94
	Ужин													
№590	Жаркое по домашнему (свинина)	300	18	40	45	615	0,78	56	8	5,1	40,1	311,1	85,4	4,1
№943	Чай с сахаром	215	0,1	0	15	60	0	0	0	0	2,59	0	1,13	0,18
№108	Хлеб	60	4,56	0,48	29,52	70,5	0	0	0	0	0,69	0	4,98	6,34
	Итого	575	22,66	40,48	89,52	745,5	0,78	56	8	5,1	43,38	311,1	91,51	10,62
	Итого за день		62,92	93,76	257,34	2006,6	1,66	73	506	10,1	282,36	847,9	273,52	23,54

гл.бухг. Сушко С.Л.

зав.произв

Кан Т.В.

бухгалтер

Меню седьмой день
 УТВЕРЖДАЮ
 Сезон осенне-зимний
 Возрастная категория старше 12 лет

Директор КТА ПОУ ХТК
 Л.В. Менякова
 « 9 » 20 11 г.

№ ТК	Наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
№386	Каша молочная из пшенной крупы	210	9	9	34	249	0,26	1	65	1,6	142,8	272,4	67,4	2,8
№1	Бутерброд с маслом	40	2,6	8,8	14,3	147	0	0	65	0,1	1,2	1,9	0	0
№943	Чай с сахаром	215	0,1	0	15	60	0	0	0	0	2,59	0	1,13	0,18
	Итого	465	11,7	17,8	63,3	456	0,26	1	130	1,7	146,59	274,3	68,53	2,98
	Обед													
№83	Борщ с картофелем и мясом птицы	250/13	7,0	10	18	192	0,12	22	321	2,5	42,1	122,4	41,1	2,1
№708	Капуста тушенная	150	4	5	13	117	0,08	98	86	2,5	107,7	76,5	37,6	1,4
№605	Котлета из свинины	50	7	19	3	211	0,24	0	35	0,3	18,7	85,7	12,6	0,5
№943	Чай с сахаром	215	0,1	0	15	60	0	0	0	0	2,59	0	1,13	0,18
№108	Хлеб	60	4,56	0,48	29,52	70,5	0	0	0	0	0,69	0	4,98	6,34
	Итого	738	22,66	34,48	65,65	650,5	0,44	120	442	5,3	171,78	284,6	97,41	15,02
	Ужин													
№642	Рагу из птицы	325	32	38	42	637	0,4	47	992	5,6	64,5	405,3	95,8	4,8
№943	Чай с сахаром	215	0,1	0	15	60	0	0	0	0	2,59	0	1,13	0,18
№108	Хлеб	60	4,56	0,48	29,52	70,5	0	0	0	0	0,69	0	4,98	6,34
	Итого	600	36,66	38,48	86,52	767,5	0,4	47	992	5,6	67,78	405,3	101,91	11,32
	Итого за день		71,02	90,76	215,47	1874	1,1	168	1564	12,6	386,15	964,2	267,85	29,32

гл.бухг Сушко С.Л.

зав.произв Кан Т.В. бухгалтер

Меню восьмой день
 УТВЕРЖДАЮ
 Сезон осенне-зимний
 Возрастная категория старше 12 лет

Директор КГА ПОУ ХТК
 Л.В. Менякова
 « 9 » 20 2020



№ ТК	Наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
№173	Каша вязкая молочная из рисовой крупы	210	7	9	36	249	0,21	1	55	0,5	140,6	255,	72	1,2
№1	Бутерброд с маслом	40	2,6	8,8	14,3	147	0	0	65	0,1	1,2	1,9	0	0
№943	Чай с сахаром	215	0,1	0	15	60	0	0	0	0	2,59	0	1,13	0,18
	Итого	465	9,7	17,8	65,3	456	0,21	1	120	0,6	144,39	256,9	73,13	1,38
	Обед													
№208	Суп картофельный с макаронными изделиями (вермишель) и мясом птицы	250/13	8	8	25	209	0,17	22	282	1,8	23,3	123,8	41,9	1,7
№8	Каша гречневая	100/5	5	6	27	179	0,14	0	34	0,4	34,2	4	123,8	4
№592	Печень тушенная в соусе	50/50	16	8	9	177	0,27	0,29	72,96	3,1	11,1	279,8	18,8	6,1
№943	Чай с сахаром	215	0,1	0	15	60	0	0	0	0	2,59	0	1,13	0,18
№108	Хлеб	60	4,56	0,48	29,52	70,5	0	0	0	0	0,69	0	4,98	6,34
	Итого	743	33,66	22,48	105,52	695,5	0,58	22,29	388,96	5,3	71,88	407,6	190,61	18,32
	Ужин													
№27	Рыба жареная (минтай)	75	23	15	4	247	0,17	1	47	5	58,7	348,7	79,5	1,2
№642	Рис припущенный	150/5	4	6	33	198	0,18	0	33	0,5	21,8	174,8	61,5	1,1
№943	Чай с сахаром	215	0,1	0	15	60	0	0	0	0	2,59	0	1,13	0,18
№108	Хлеб	60	4,56	0,48	29,52	70,5	0	0	0	0	0,69	0	4,98	6,34
	Итого	505	31,66	21,48	81,52	575,5	0,35	1	80	5,5	83,78	523,5	146,61	8,82
	Итого за день		75,02	61,76	252,34	1727	1,14	24,29	588,96	11,4	300,05	1188	410,35	28,52

гл.бухг. Сушко С.Л. зав.произв. Кан Т.В. бухгалтер

Меню девятый день
УТВЕРЖДАЮ
Сезон осенне-зимний
Возрастная категория старше 12 лет

Директор КГА ПОУ ХТК
Л.В. Менькова
« 9 » 2022 г.

№ ТК	Наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
№384	Каша вязкая молочная из овсяной крупы	210	8	10	31	247	0,25	1	54	0,8	146,4	242,7	64,8	1,8
№1	Бутерброд с маслом	40	2,6	8,8	14,3	147	0	0	65	0,1	1,2	1,9	0	0
№943	Чай с сахаром	215	0,1	0	15	60	0	0	0	0	2,59	0	1,13	0,18
	Итого	465	10,7	18,8	60,3	454	0,25	1	119	0,9	150,19	244,6	65,93	1,98
	Обед													
№204	Суп картофельный с рыбными консервами (сайра)	250/13	3	5	25	155	0,17	22	263	2	22,1	107,3	42	1,3
№562	Поджарка из свинины	50/15	13	36	2	383	0,46	2	0	3,5	13,5	156,7	24,2	1,7
№413	Макаронные изделия отварные(рожки)	150	6	5	36	210	0,09	0	33	0,8	10,3	45,3	38,8	0,8
№943	Чай с сахаром	215	0,1	0	15	60	0	0	0	0	2,59	0	1,13	0,18
№108	Хлеб	60	4,56	0,48	29,52	70,5	0	0	0	0	0,69	0	4,98	6,34
	Итого	753	26,66	46,48	107,52	878,5	0,72	24	296	6,3	49,18	309,3	111,11	10,32
	Ужин													
№8	Каша гречневая	100/5	5	6	27	179	0,14	0	34	0,4	34,2	4	123,8	4
№643	Птица тушенная в соусе	50/50	20	28	1	334	0,08	1	178	4,1	19,7	184,5	21,9	1,8
№943	Чай с сахаром	215	0,1	0	15	60	0	0	0	0	2,59	0	1,13	0,18
№108	Хлеб	60	4,56	0,48	29,52	70,5	0	0	0	0	0,69	0	4,98	6,34
	Итого	480	29,66	34,48	72,52	643,5	0,22	1	212	4,5	57,18	188,5	151,81	12,32
	Итого за день		67,02	99,76	240,34	1975,5	1,19	26	627	11,7	256,55	742,4	328,85	24,62

гл.бухг Сушко С.Л зав.произв Кан Т.В. бухгалтер

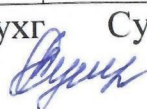
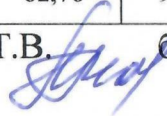
Меню десятый день
 УТВЕРЖДАЮ
 Сезон осенне-зимний
 Возрастная категория старше 12 лет

Директор КГА ПОУ ХТК
 Л.В. Менькова
 20.12.2018 г.



№ ТК	Наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
№386	Каша вязкая молочная из пшениной крупы	210	9	9	34	249	0,26	1	65	1,6	142,8	272,4	67,4	2,8
№1	Бутерброд с маслом	40	2,6	8,8	14,3	147	0	0	65	0,1	1,2	1,9	0	0
№943	Чай с сахаром	215	0,1	0	15	60	0	0	0	0	2,59	0	1,13	0,18
	Итого	465	11,7	17,8	63,3	456	0,26	1	130	1,6	146,59	274,3	68,53	2,98
	Обед													
№187	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом птицы	250/13	7	10	11	163	0,1	38	282	2,5	45,4	98,7	30,1	1,3
№592	Печень тушенная в соусе	50/50	16	8	9	177	0,27	0,29	72,96	3,1	11,1	279,8	18,8	6,1
№642	Рис припущенный	150/5	4	6	33	198	0,18	0	33	0,5	21,8	174,8	61,5	1,1
№868	Компот из сухофруктов	200	1	0	17	87,6	0,01	1	30	0,4	23,2	20,2	15,4	0,7
№108	Хлеб	60	4,56	0,48	29,52	70,5	0	0	0	0	0,69	0	4,98	6,34
	Итого	778	32,56	24,48	99,52	696,1	0,56	39,29	417,96	6,5	102,19	573,5	130,78	15,54
	Ужин													
№590	Жаркое по домашнему (свинина)	300	18	40	45	615	0,78	56	8	5,1	40,1	311,1	85,4	4,1
№943	Чай с сахаром	215	0,1	0	15	60	0	0	0	0	2,59	0	1,13	0,18
№108	Хлеб	60	4,56	0,48	29,52	70,5	0	0	0	0	0,69	0	4,98	6,34
	Итого	575	22,66	40,48	89,52	745,5	0,78	56	8	5,1	43,38	311,1	91,51	10,62
	Итого за день		66,92	82,76	99,52	1897,6	1,6	96,29	555,96	13,2	292,16	1158,9	290,82	29,14

гл.бухг. Сушко С.Л. зав.произв. Кан Т.В. бухгалтер

Меню одиннадцатый день
 УТВЕРЖДАЮ
 Сезон осенне-зимний
 Возрастная категория старше 12 лет



№ ТК	Наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
№384	Каша вязкая молочная из овсяной крупы	210	8	10	31	247	0,25	1	54	0,8	146,4	242,7	64,8	1,8
№1	Бутерброд с маслом	40	2,6	8,8	14,3	147	0	0	65	0,1	1,2	1,9	0	0
№943	Чай с сахаром	215	0,1	0	15	60	0	0	0	0	2,59	0	1,13	0,18
	Итого	465	10,7	18,8	60,3	454	0,25	1	119	0,9	150,19	244,6	65,93	1,98
	Обед													
№204	Суп картофельный с крупой гречневой и мясом птицы	250/13	8	8	21	190	0,17	22	262	1,7	24,6	131,2	46,8	1,9
№605	Котлета из свинины	50	7	19	3	211	0,24	0	35	0,3	18,7	85,7	12,6	0,5
№413	Макаронные изделия отварные(рожки)	150/5	6	5	36	210	0,09	0	33	0,8	10,3	45,3	38,8	0,8
№868	Компот из сухофруктов	200	1	0	17	87,6	0,01	1	30	0,4	23,2	20,2	15,4	0,7
№108	Хлеб	60	4,56	0,48	29,52	70,5	0	0	0	0	0,69	0	4,98	6,34
	Итого	728	26,56	32,48	106,52	769,1	0,51	23	360	3,2	77,49	282,4	118,58	10,24
	Ужин													
№708	Капуста тушенная с мясом (свинина)	250	16	30	16	401	0,49	130	141	0,7	148	224,5	67,6	3,2
№943	Чай с сахаром	215	0,1	0	15	60	0	0	0	0	2,59	0	1,13	0,18
№108	Хлеб	60	4,56	0,48	29,52	70,5	0	0	0	0	0,69	0	4,98	6,34
	Итого	525	20,66	30,48	60,52	531,5	0,49	130	141	0,7	151,28	224,5	73,71	9,72
	Итого за день		57,96	81,76	166,82	1754,6	1,25	154	620	4,8	378,96	751,5	258,22	21,94

гл.бухг Сушко С.Л. зав.произв Кан Т.В. бухгалтер

Меню двенадцатый день
 УТВЕРЖДАЮ
 Сезон осенне-зимний
 Возрастная категория старше 12 лет



№ ТК	Наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
№390	Каша жидкая молочная из манной крупы	210	6	8	27	201	0,08	1	55	0,5	126,8	117,3	19,6	0,4
№1	Бутерброд с маслом	40	2,6	8,8	14,3	147	0	0	65	0,1	1,2	1,9	0	0
№943	Чай с сахаром	215	0,1	0	15	60	0	0	0	0	2,59	0	1,13	0,18
	Итого	465	8,7	16,8	56,3	408	0,08	1	100	0,6	130,59	119,2	20,73	0,58
	Обед													
№82	Борщ из свежей капусты с картофелем и мясом птицы	250/13	7,0	10,	12	162	0,08	23	261	2,5	44,1	99,2	31,7	1,7
№619	Тефтели(2) из свинины с соусом	60/50	8	23	10	283	0,28	3	100	3,9	15,2	113,1	23	1,2
№413	Макаронные изделия отварные(рожки)	150/5	6	5	36	210	0,09	0	33	0,8	10,3	45,3	38,8	0,8
№943	Чай с сахаром	215	0,1	0	15	60	0	0	0	0	2,59	0	1,13	0,18
№108	Хлеб	60	4,56	0,48	29,52	70,5	0	0	0	0	0,69	0	4,98	6,34
	Итого	803	25,66	38,48	102,52	785,5	0,45	26	394	7,2	72,88	257,6	99,61	10,22
	Ужин													
№642	Рагу из птицы	325	32	38	42	637	0,4	47	992	5,6	64,5	405,3	95,8	4,8
№943	Чай с сахаром	215	0,1	0	15	60	0	0	0	0	2,59	0	1,13	0,18
№108	Хлеб	60	4,56	0,48	29,52	70,5	0	0	0	0	0,69	0	4,98	6,34
	Итого	600	36,66	38,48	71,67	767,5	0,4	47	992	5,6	64,5	405,3	101,91	11,32
	Итого за день		71,02	93,76	230,49	1961	0,93	74	1486	13,4	267,97	782,1	222,25	22,12

гл.бухг Сушко С.Л. зав.произв Кан Т.В. бухгалтер

Меню тринадцатый день
 УТВЕРЖДАЮ
 Сезон осенне-зимний
 Возрастная категория старше 12 лет



№ ТК	Наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
№390	Каша вязкая молочная из рисовой крупы	210	7	9	36	249	0,21	1	55	0,5	140,6	255	72	1,2
№2	Бутерброд с повидлом	45	2,4	5	27,6	166	0,05	0,10	0,03	0	10	28	11	0,90
№943	Чай с сахаром	215	0,1	0	15	60	0	0	0	0	2,59	0	1,13	0,18
	Итого	465	9,5	14	78,6	475	0,26	1,1	0,5	0,5	153,19	283	84,13	2,28
	Обед													
№206	Суп картофельный с бобовыми и мясом птицы	250/13	11	10	22	228	0,29	15	281	2,6	35,9	141,2	44,3	2,6
№562	Поджарка из свинины	50/15	13	36	2	383	0,46	2	0	3,5	13,5	156,7	24,2	1,7
№8	Каша гречневая	100/5	5	6	27	179	0,14	0	34	0,4	34,2	4	123,8	4
№868	Компот из сухофруктов	200	1	0	17	87,6	0,01	1,0	30	0,4	23,2	20,2	15,4	0,7
№108	Хлеб	60	4,56	0,48	29,52	70,5	0	0	0	0	0,69	0	4,98	6,34
	Итого	693	34,56	52,48	97,52	948,1	0,9	18	345	6,9	107,49	322,1	212,68	15,34
	Ужин													
№590	Жаркое по домашнему (свинина)	300	18	40	45	615	0,78	56	8	5,1	40,1	311,1	85,4	4,1
№943	Чай с сахаром	215	0,1	0	15	60	0	0	0	0	2,59	0	1,13	0,18
№108	Хлеб	60	4,56	0,48	29,52	70,5	0	0	0	0	0,69	0	4,98	6,34
	Итого	575	22,66	40,48	89,52	745,5	0,78	56	8	5,1	40,1	311,1	91,51	10,62
	Итого за день		66,72	106,96	265,64	2168,6	1,94	75,1	353,5	12,5	300,78	916,2	388,32	28,24

гл.бухг Сушко С.Л. зав.произв Кан Т.В. бухгалтер

Меню четырнадцатый день
 УТВЕРЖДАЮ
 Сезон осенне-зимний
 Возрастная категория старше 12 лет



№ ТК	Наименование Блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
№424	Яйцо варенное	40	5	5	0	63	0,03	0	104	0,2	22	76,8	4,8	1
№1	Бутерброд с маслом	40	2,6	8,8	14,3	147	0	0	65	0,1	1,2	1,9	0	0
№943	Чай с сахаром	215	0,1	0	15	60	0	0	0	0	2,59	0	1,13	0,18
	Итого	295	7,7	13,8	29,3	270	0,03	0	169	0,3	25,79	78,7	5,93	1,18
	Обед													
№197	Рассольник петербургский с мясом птицы	250/13	8	10	20	199	0,17	22	275	2,5	24,3	130,4	40,5	1,5
№614	Зразы рубленые из свинины	70	7	19	3	216	0,25	3	2	2	26	101,8	16,7	1
№128	Картофельное пюре	150	5	6	36	217	0,26	43	45	0,3	56,5	149,4	52,6	1,9
№868	Компот из сухофруктов	200	1	0	17	87,6	0,01	1,0	30	0,4	23,2	20,2	15,4	0,7
№108	Хлеб	60	4,56	0,48	29,52	70,5	0	0	0	0	0,69	0	4,98	6,34
	Итого	743	25,56	35,48	105,52	790,1	0,69	69	352	5,2	130,69	401,48	130,18	11,44
	Ужин													
№488	Рыба жареная (кета или горбуша) в соусе с овощами	75/50	24	10	6	212	0,42	2	149	3,1	28,1	255,4	40,2	0,9
№413	Макаронные изделия отварные (рожки)	150	7,0	8,0	44	280	0,11	0	59,0	1,0	13,1	56,5	47,9	1,0
№943	Чай с сахаром	215	0,1	0	15	60	0	0	0	0	2,59	0	1,13	0,18
№108	Хлеб	60	4,56	0,48	29,52	70,5	0	0	0	0	0,69	0	4,98	6,34
	Итого	550	35,66	18,48	94,52	622,5	0,53	2	208	4,1	41,2	311,9	88,1	8,42
	Итого за день		68,92	67,76	229,34	1682,6	1,25	71	729	9,6	197,68	792,08	224,21	21,04

гл.бухг Сушко С.Л. зав.произв Кан Т.В. бухгалтер