



Согласовано

М.Н.Подшивалова

Утверждено

ИП Гектян Мамикон Левонович



## МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г.

### 1 НЕДЕЛЯ ПОНЕДЕЛЬНИК

#### Питание детей младших классов

##### 1 смена

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Каша пшённая вязкая с маслом	210/10	8,58	9,66	50,00	325,00
Бутерброд с маслом и сыром	50/5/15	7,63	10,34	23,00	217,00
Чай с сахаром витаминизированный*	200/10	0,2	0,05	9,74	39,00

##### 2 смена

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Котлета мясная	70	2,69	4,1	22,5	133,00
Соус томатный	40	0,46	2,06	2,63	31,00
Макаронные изделия отварные	150	5,31	6,2	28,71	200
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром витаминизированный*	200/10	0,2	0,05	9,74	39,00

91=29

#### Питание детей из малообеспеченных семей

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Каша пшённая вязкая с маслом	210/10	8,58	9,66	50,00	325,00
Бутерброд с маслом и сыром	50/5/15	7,63	10,34	23,00	217,00
Чай с сахаром витаминизированный*	200/10	0,2	0,05	9,74	39,00

91=00

\* витаминизация проводится заменой сахара концентратом напитка "Витошка" с Са-Mg в количестве 10г.



**МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г.**

**Питание детей с ограниченными возможностями**

**Завтрак**

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Каша пшённая вязкая с маслом	210/10	8,58	9,66	50,00	325,00
Бутерброд с маслом и сыром	50/5/15	7,63	10,34	23,00	217,00
Чай с сахаром витаминизированный*	200/10	0,2	0,05	9,74	39,00

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Суп с рисом на курином бульоне	200	2,11	2,28	9,25	76
Котлета мясная	70	2,69	4,1	22,5	133,00
Соус томатный	40	0,46	2,06	2,63	31,00
Макаронные изделия отварные	150	5,31	6,2	28,71	200
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

196=29

\*витаминизация проводится заменой сахара концентратом напитка "Витошка" с Са-Мг в количестве 10г.

**Питание детей из семей граждан, призванных в ходе частичной мобилизации**

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Котлета мясная	70	2,69	4,1	22,5	133,00
Соус томатный	50	1,3	2,4	4,2	44,00
Макаронные изделия отварные	180	6,37	7,4	34,45	240,00
Огурец свежий порционно	30	0,17	0,02	0,47	3
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром витаминизированный*	200/10	0,2	0,05	9,74	39,00

115=00

Согласовано  
  
 М.Н. Поднивалова

Утверждено  
  
 ИП Гекчян Мамикон Левонович

**1 НЕДЕЛЯ**  
**ПОНЕДЕЛЬНИК**

**МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г.**

**Питание платное**

**Завтрак**

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Котлета мясная	70	2,69	4,1	22,5	133,00
Соус томатный	50	1,3	2,4	4,2	44,00
Макаронные изделия отварные	180	6,37	7,4	34,45	240,00
Огурец свежий порционно	30	0,17	0,02	0,47	3
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

**100=00**

**Завтрак**

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Каша пшённая вязкая с маслом	210/10	8,58	9,66	50,00	325,00
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Булочка домашняя	50	3,95	4,7	27,75	169,5
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

**80=00**

**Обед**

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Суп с рисом на курином бульоне	200	2,11	2,28	9,25	76
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Булочка домашняя	50	3,95	4,7	27,75	169,5
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

**80=00**



Согласовано

М.Н. Подшивалова

Утверждено

И.П. Гекчян Мамикон Леонович



**МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г**

**1 НЕДЕЛЯ  
ВТОРНИК**

**Питание детей младших классов**

**1 смена**

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Запеканка из творога	0,120	17,85	14,7	18,23	283,00
Повидло	0,030	0,15	0	15,42	63,00
Хлеб пшеничный	50	4,7	0,5	30,75	147,00
Апельсины свежие	0,100	0,9	0,2	8,1	43,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

**2 смена**

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Запеканка из творога	0,120	17,85	14,7	18,23	283,00
Повидло	0,030	0,15	0	15,42	63,00
Хлеб пшеничный	50	4,7	0,5	30,75	147,00
Апельсины свежие	0,100	0,9	0,2	8,1	43,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

91=29

**Питание детей из малообеспеченных семей**

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Запеканка из творога	0,120	17,85	14,7	18,23	283,00
Повидло	0,030	0,15	0	15,42	63,00
Хлеб пшеничный	50	4,7	0,5	30,75	147,00
Апельсины свежие	0,100	0,9	0,2	8,1	43,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

91=00



Согласовано  
М.Н.Подшивалова

Утверждено

ИП Тектян Мамикон Левонович



**1 НЕДЕЛЯ  
ВТОРНИК**

**МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г**

**Питание детей с ограниченными возможностями**

**Завтрак**

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Запеканка из творога	0,120	17,85	14,7	18,23	283,00
Повидло	0,030	0,15	0	15,42	63,00
Хлеб пшеничный	50	4,7	0,5	30,75	147,00
Апельсины свежие	0,100	0,9	0,2	8,1	43,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

**Обед**

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Борщ из свежей капусты	200	2,41	3,05	5,62	67,00
Плов со свиной	150	10,98	21,81	27,47	378,00
Хлеб пшеничный	50	4,7	0,5	30,75	147,00
Чай с сахаром витаминизированный*	200/10	0,2	0,05	9,74	39,00

196=29

**Питание детей из семей граждан, призванных в ходе частичной мобилизации**

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Плов со свиной	150/50	14,65	29,08	36,63	505,00
Гарнир из свежих помидор	30	0,32	0,06	5,6	7,20
Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141,00
Чай с сахаром витаминизированный*	200/10	0,2	0,05	9,74	39,00

115=00



Согласовано

М.Н.Подшивалова

1 НЕДЕЛЯ  
ВТОРНИК

Утверждено

ИП Гекчян Мамикон Левонович



## МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г.

### Питание платное

#### Завтрак

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Плов со свиной	150/50	14,65	29,08	36,63	505,00
Огурец свежий порционно	30	0,17	0,02	0,47	3
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

100=00

#### Завтрак

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Каша рисовая жидкая с маслом	200/10	5,04	7,63	31,04	214
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Сдоба обыкновенная	50	3,95	4,25	29,05	172,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

80=00

#### Обед

Борщ из свежей капусты	200	2,41	3,05	5,62	67,00
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Сдоба обыкновенная	50	3,95	4,25	29,05	172,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

80=00

Согласовано

М.Н.Подшивалова

Утверждено

ИП Гекчян Мамикон Левонович



**МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г.**

**1 НЕДЕЛЯ  
СРЕДА**

**Питание детей младших классов**

**1 смена**

<i>Наименование</i>	<i>Выход</i>				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
<b>Гуляш мясной</b>	<b>100</b>	12,55	15,48	4,1	203,00
<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	<b>150</b>	5,62	7,26	25,36	188,00
<b>Огурец свежий порционно</b>	<b>30</b>	0,17	0,02	0,47	3
<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>40</b>	3,8	0,4	24,6	117,00
<b>Чай с сахаром</b>	<b>200/10</b>	0,2	0,05	10,02	40,00

**2 смена**

<i>Наименование</i>	<i>Выход</i>				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
<b>Гуляш мясной</b>	<b>100</b>	12,55	15,48	4,1	203,00
<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	<b>150</b>	5,62	7,26	25,36	188,00
<b>Огурец свежий порционно</b>	<b>30</b>	0,17	0,02	0,47	3
<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>40</b>	3,8	0,4	24,6	117,00
<b>Чай с сахаром</b>	<b>200/10</b>	0,2	0,05	10,02	40,00

**91=29**

**Питание детей из малообеспеченных семей**

<i>Наименование</i>	<i>Выход</i>				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
<b>Гуляш мясной</b>	<b>100</b>	12,55	15,48	4,1	203,00
<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	<b>150</b>	5,62	7,26	25,36	188,00
<b>Огурец свежий порционно</b>	<b>30</b>	0,17	0,02	0,47	3
<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>40</b>	3,8	0,4	24,6	117,00
<b>Чай с сахаром</b>	<b>200/10</b>	0,2	0,05	10,02	40,00

**91=00**

Согласовано  
*Подшивалова*  
М.Н.Подшивалова

Утверждено  
*Гекчян*  
ИП Гекчян Мамикон Левонович



1 НЕДЕЛЯ  
Среда

**МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г.**

**Питание детей с ограниченными возможностями**

**Завтрак**

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Гуляш мясной	100	12,55	15,48	4,1	203,00
Каша гречневая рассыпчатая	150	5,62	7,26	25,36	188,00
Огурец свежий порционно	30	0,17	0,02	0,47	3
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

**Обед**

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Рассольник ленинградский	200	5,39	5,29	15,98	128,00
Гарнир из консервированного горошка	30	0,93	0,06	1,95	12,00
Омлет натуральный	120	8,11	16,61	1,57	191
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

196=29

**Питание детей из семей граждан, призванных в ходе частичной мобилизации**

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Гуляш мясной	100	12,55	15,48	4,1	203,00
Каша гречневая рассыпчатая	180	6,74	8,71	30,43	225,00
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,00
Огурец свежий порционно	30	0,17	0,02	0,47	3
Чай с сахаром и лимоном	200/13/7	0,2	0,05	10,02	40

115=00





Согласовано  
М.Н. Подшивалова

1 НЕДЕЛЯ  
СРЕДА

Утверждено

ИП Гекчян Мамикон Левонович



## МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г.

### Питание платное

#### Завтрак

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Гуляш мясной	100	12,55	15,48	4,1	203,00
Каша гречневая рассыпчатая	180	6,74	8,71	30,43	225,00
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Огурец свежий порционно	30	0,17	0,02	0,47	3
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

100=00

#### Завтрак

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Каша пшеничная с маслом	200/5	8,46	7,84	45,55	288,00
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Булочка дорожная	50	3,55	7,4	28,05	194,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

80=00

#### Обед

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Рассольник ленинградский	200	5,39	5,29	15,98	128,00
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Булочка дорожная	50	3,55	7,4	28,05	194,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

80=00



Согласовано

М.Н.Подшивалова

Утверждено

ИП Гекчян Мамикон Леонович



**МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г.**

**1 НЕДЕЛЯ  
ЧЕТВЕРГ**

**Питание детей младших классов**

**1 смена**

<i>Наименование</i>	<i>Выход</i>				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Макароны с тертым сыром	170/20/10	9,32	11,41	25,27	250
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром витаминизированный*	200/5	0,2	0,05	9,74	39,00
Яблоки св.	100	0,40	0,40	9,80	47,00

**2 смена**

<i>Наименование</i>	<i>Выход</i>				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Макароны с тертым сыром	170/20/10	9,32	11,41	25,27	250
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром витаминизированный*	200/5	0,2	0,05	9,74	39,00
Яблоки св.	100	0,40	0,40	9,80	47,00

**91=29**

**Питание детей из малообеспеченных семей**

<i>Наименование</i>	<i>Выход</i>				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Макароны с тертым сыром	170/20/10	9,32	11,41	25,27	250
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром витаминизированный*	200/5	0,2	0,05	9,74	39,00
Яблоки св.	100	0,40	0,40	9,80	47,00

**91=00**

\*витаминизация проводится заменой сахара концентратом напитка "Валетек" с Са-Mg в количестве 10г



Согласовано

М.Н.Годцивалова

Утверждено

ИП Гекчян Мамикон Левонович



**МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г.**

**1 НЕДЕЛЯ  
ЧЕТВЕРГ**

**Питание детей с ограниченными возможностями**

**Завтрак**

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Макароны с тертым сыром	170/20/10	9,32	11,41	25,27	250
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром витаминизированный*	200/5	0,2	0,05	9,74	39,00
Яблоки св.	100	0,40	0,40	9,80	47,00

**Обед**

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Щи из свежей капусты	200	5,73	5,62	7,73	111,00
Тефтели мясные	70	8,01	9,44	7,77	152
Каша рисовая рассыпчатая	150	3,52	7,93	36,96	234,00
Соус томатный	40	0,46	2,06	2,63	31,00
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

**196=29**

\*витаминизация проводится заменой сахара концентратом напитка "Валетек" с Са-Mg в количестве 10г

**Питание детей из семей граждан, призванных в ходе частичной мобилизации**

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Тефтели мясные	70	8,01	9,44	7,77	152,00
Макаронные изделия отварные	180	6,37	7,4	34,45	240,00
Соус томатный	50	1,3	2,4	4,2	44,00
Гарнир из свежих помидор	30	0,32	0,06	5,6	7,20
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром витаминизированный*	200/10	0,2	0,05	9,74	39,00

**115=00**

Согласовано

М.Н. Подшивалова

1 НЕДЕЛЯ  
ЧЕТВЕРГ

Утверждено

ИП Гекчян Мамикон Леонович

**МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г.**

**Питание платное**

**Завтрак**

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Тефтели мясные	70	8,01	9,44	7,77	152,00
Макаронные изделия отварные	180	6,37	7,4	34,45	240,00
Соус томатный	50	1,3	2,4	4,2	44,00
Гарнир из свежих помидор	30	0,32	0,06	5,6	7,20
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

100=00

**Завтрак**

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Каша пшённая вязкая с маслом	210/10	8,58	9,66	50,00	325,00
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Булочка домашняя	50	3,95	4,7	27,75	169,5
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

80=00

**Обед**

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Щи из свежей капусты	200	5,73	5,62	7,73	111,00
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Булочка домашняя	50	3,95	4,7	27,75	169,5
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

80=00



Согласовано

М.Н. Подшивалова

Утверждено

ИП Гекчян Мамикон Левонович



**МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г.**

**1 НЕДЕЛЯ  
Пятница**

**Питание детей младших классов**

**1 смена**

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Салат из свежей капусты с р/м	60	0,94	5,05	5,66	72,00
Котлеты рубленные из цыплят	70	10,46	7,72	5,4	141
Пюре картофельное	150	3,11	7,12	15,77	152,00
Соус томатный	40	0,46	2,06	2,63	31,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

**2 смена**

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Салат из свежей капусты с р/м	60	0,94	5,05	5,66	72,00
Котлеты рубленные из цыплят	70	10,46	7,72	5,4	141
Пюре картофельное	150	3,11	7,12	15,77	152,00
Соус томатный	40	0,46	2,06	2,63	31,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

**91=29**

**Питание детей из малообеспеченных семей**

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Салат из свежей капусты с р/м	60	0,94	5,05	5,66	72,00
Котлеты рубленные из цыплят	70	10,46	7,72	5,4	141
Пюре картофельное	150	3,11	7,12	15,77	152,00
Соус томатный	40	0,46	2,06	2,63	31,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

**91=00**

Согласовано

М.Н.Подшивалова

Утверждено

ИП Гекчян Мамикон Левонович

МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г.

1 НЕДЕЛЯ

Пятница

## Питание детей с ограниченными возможностями

## Завтрак

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Салат из свежей капусты с р/м	60	0,94	5,05	5,66	72,00
Котлеты рубленые из цыплят	70	10,46	7,72	5,4	141
Пюре картофельное	150	3,11	7,12	15,77	152,00
Соус томатный	40	0,46	2,06	2,63	31,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

## Обед

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Суп картофельный с горохом	200	4,92	2,58	18,02	107,00
Бигус	200	14,5	31,1	11,13	389,00
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

196=29

## Питание детей из семей граждан, призванных в ходе частичной мобилизации

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Салат из свежей капусты с р/м	60	0,94	5,05	5,66	72,00
Котлеты рубленые из цыплят	70	10,46	7,72	5,4	141
Пюре картофельное	150	3,11	7,12	15,77	152,00
Соус томатный	50	1,3	2,4	4,2	44,00
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром и лимоном	200/13/7	0,2	0,05	10,02	40

115=00

Согласовано

М.Н.Подшивалова

Утверждено

ИП Гекчян Мамикон Левонович

1 НЕДЕЛЯ  
ПЯТНИЦА

МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г.

Питание платное

Завтрак

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Салат из свежей капусты с р/м	60	0,94	5,05	5,66	72,00
Котлеты рубленые из цыплят	70	10,46	7,72	5,4	141
Пюре картофельное	150	3,11	7,12	15,77	152,00
Соус томатный	50	1,3	2,4	4,2	44,00
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

100=00

Завтрак

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Каша рисовая жидкая с маслом	200/10	5,04	7,63	31,04	214
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Сдоба обыкновенная	50	3,95	4,25	29,05	172,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

80=00

Обед

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Суп картофельный с горохом	200	4,92	2,58	18,02	107,00
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Сдоба обыкновенная	50	3,95	4,25	29,05	172,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

80=00

Согласовано

М.Н. Подшивалова

Утверждено

ИП Гекчян Мамикон Леонович

МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г

2 НЕДЕЛЯ  
ПОНЕДЕЛЬНИК

Питание детей младших классов

1 смена

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Каша геркулесовая жидкая с маслом	200/10	5,77	12,8	24,42	237,00
Бутерброд с маслом	40/10	3,09	8,57	19,76	169,00
Яйцо отварное	40	5,08	4,6	0,28	63,00
Чай с сахаром витаминизированный*	200/10	0,2	0,05	9,74	39,00

2 смена

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Тефтели мясные	70	8,01	9,44	7,77	152
Соус томатный	40	0,46	2,06	2,63	31,00
Макаронные изделия отварные	150	5,31	6,2	28,71	200
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром витаминизированный*	200/10	0,2	0,05	9,74	39,00

91=29

Питание детей из малообеспеченных семей

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Каша геркулесовая жидкая с маслом	200/10	5,77	12,8	24,42	237,00
Бутерброд с маслом	40/10	3,09	8,57	19,76	169,00
Яйцо отварное	40	5,08	4,6	0,28	63,00
Чай с сахаром витаминизированный*	200/10	0,2	0,05	9,74	39,00

91=00





Согласовано

М.Н. Подшивалова

2 НЕДЕЛИ  
ПОНЕДЕЛЬНИК

Утверждено

ИП Тектян Мамикон Леонович



## МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г

### Питание детей с ограниченными возможностями

#### Завтрак

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Каша геркулесовая жидкая с маслом	200/10	5,77	12,8	24,42	237,00
Бутерброд с маслом	40/10	3,09	8,57	19,76	169,00
Яйцо отварное	40	5,08	4,6	0,28	63,00
Чай с сахаром витаминизированный*	200/10	0,2	0,05	9,74	39,00

#### Обед

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Рассольник ленинградский	200	5,39	5,29	15,98	128,00
Тефтели мясные	70	8,01	9,44	7,77	152,00
Соус томатный	40	0,46	2,06	2,63	31,00
Макаронные изделия отварные	150	5,31	6,2	28,71	200,00
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

196=29

### Питание детей из семей граждан, призванных в ходе частичной мобилизации

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Тефтели мясные	70	8,01	9,44	7,77	152,00
Макаронные изделия отварные	180	6,37	7,4	34,45	240,00
Соус томатный	50	1,3	2,4	4,2	44,00
Гарнир из свежих помидор	30	0,32	0,06	5,6	7,20
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром и лимоном	200/13/7	0,2	0,05	10,02	40,00

115=00

Согласовано

М.Н.Подшивалова

Утверждено

ИП Тектян Мамикон Левонович

2 НЕДЕЛЯ  
ПОНЕДЕЛЬНИК

**МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г.**

**Питание платное**

**Завтрак**

<i>Наименование</i>	<i>Выход</i>				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Тефтели мясные	70	8,01	9,44	7,77	152,00
Макаронные изделия отварные	180	6,37	7,4	34,45	240,00
Соус томатный	50	1,3	2,4	4,2	44,00
Гарнир из свежих помидор	30	0,32	0,06	5,6	7,20
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

100=00

**Завтрак**

<i>Наименование</i>	<i>Выход</i>				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Каша геркулесовая жидкая с маслом	200/10	5,77	12,8	24,42	237,00
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Булочка домашняя	50	3,95	4,7	27,75	169,5
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

80=00

**Обед**

<i>Наименование</i>	<i>Выход</i>				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Рассольник ленинградский	200	5,39	5,29	15,98	128,00
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Булочка домашняя	50	3,95	4,7	27,75	169,5
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

80=00

Согласовано  
  
М.Н. Подпивалова

Утверждено  
  
ИП Текчян Мамикон Леонович



## МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г

2 НЕДЕЛЯ  
ВТОРНИК

### Питание детей младших классов

1 смена

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Запеканка из творога	0,120	17,85	14,7	18,23	283,00
Молоко сгущеное с сахаром 8,5% жирности	0,030	1,44	1,7	11,1	66,00
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00
Яблоки св.	100	0,40	0,40	9,80	47,00

2 смена

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Запеканка из творога	0,120	17,85	14,7	18,23	283,00
Молоко сгущеное с сахаром 8,5% жирности	0,030	1,44	1,7	11,1	66,00
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00
Яблоки св.	100	0,40	0,40	9,80	47,00

91=29

### Питание детей из малообеспеченных семей

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Запеканка из творога	0,120	17,85	14,7	18,23	283,00
Молоко сгущеное с сахаром 8,5% жирности	0,030	1,44	1,7	11,1	66,00
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00
Яблоки св.	100	0,40	0,40	9,80	47,00

91=00

Согласовано



М.Н.Поддубилова

Утверждено

ИП Гекчян Мамикон Левонович

2 НЕДЕЛЯ  
ВТОРНИК

МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г

Питание детей с ограниченными возможностями

Завтрак

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Запеканка из творога	0,120	17,85	14,7	18,23	283,00
Молоко сгущеное с сахаром 8,5% жирности	0,030	1,44	1,7	11,1	66,00
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00
Яблоки св.	100	0,40	0,40	9,80	47,00

Обед

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Суп из овощей	200	6,73	3,03	20,08	123,00
Гарнир из консервированного горошка	30	0,93	0,06	1,95	12,00
Плов со свиной	150	10,98	21,81	27,47	378,00
Хлеб пшеничный	50	4,7	0,5	30,75	147,00
Чай с сахаром витаминизированный*	200/10	0,2	0,05	9,74	39,00

196=29

Питание детей из семей граждан, призванных в ходе частичной мобилизации

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Плов со свиной	150/50	14,65	29,08	36,63	505,00
Гарнир из консервированного горошка	30	0,93	0,06	1,95	12,00
Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141,00
Чай с сахаром витаминизированный*	200/10	0,2	0,05	9,74	39,00

115=00

Согласовано

 М.Н.Поднивалова

2 НЕДЕЛЯ  
ВТОРНИК



Утверждено

 И.П.Гекчян Мамикон Левонович



**МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г**  
**Питание платное**

**Завтрак**

<i>Наименование</i>	<i>Выход</i>				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Плов со свиной	150/50	14,65	29,08	36,63	505,00
Гарнир из консервированного горошка	30	0,93	0,06	1,95	12,00
Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

100=00

**Завтрак**

<i>Наименование</i>	<i>Выход</i>				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Каша рисовая жидкая с маслом	200/10	5,04	7,63	31,04	214
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Булочка дорожная	50	3,55	7,4	28,05	194,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

80=00

**Обед**

<i>Наименование</i>	<i>Выход</i>				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Суп из овощей	200	6,73	3,03	20,08	123,00
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Булочка дорожная	50	3,55	7,4	28,05	194,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

80=00

Согласовано

М.Н.Подшивалова

2 НЕДЕЛЯ  
СРЕДА



Утверждено

ИП Гекчян Мамикон Левонovich



## МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г

### Питание детей младших классов

#### 1 смена

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Цыпленок тушёный в соусе с овощами	170	13,17	17,35	16,13	269,00
Гарнир из свежих помидор	60	0,64	0,12	11,2	14,40
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром и лимоном	200/13/7	0,2	0,05	10,02	40,00

#### 2 смена

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Цыпленок тушёный в соусе с овощами	170	13,17	17,35	16,13	269,00
Гарнир из свежих помидор	60	0,64	0,12	11,2	14,40
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром и лимоном	200/13/7	0,2	0,05	10,02	40

91=29

### Питание детей из малообеспеченных семей

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Цыпленок тушёный в соусе с овощами	170	13,17	17,35	16,13	269,00
Гарнир из свежих помидор	60	0,64	0,12	11,2	14,40
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром и лимоном	200/13/7	0,2	0,05	10,02	40,00

91=00

Согласовано



М.Н.Тюдшивалова

Утверждено



ИП Гекчян Мамикон Левонович

**2 НЕДЕЛЯ**  
**СРЕДА**

**МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г**

**Питание детей с ограниченными возможностями**

**Завтрак**

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Цыпленок тушёный в соусе с овощами	170	13,17	17,35	16,13	269,00
Гарнир из свежих помидор	60	0,64	0,12	11,2	14,40
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром и лимоном	200/13/7	0,2	0,05	10,02	40,00

**Обед**

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Суп с картофельный с горохом	200	4,92	2,58	18,02	107,00
Котлета мясная	70	2,69	4,1	22,5	133,00
Соус томатный	40	0,46	2,06	2,63	31,00
Каша гречневая рассыпчатая	150	5,62	7,26	25,36	188,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

196=29

**Питание детей из семей граждан, призванных в ходе частичной мобилизации**

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Цыпленок тушёный в соусе с овощами	200	15,49	20,41	18,97	316,00
Гарнир из свежих помидор	60	0,64	0,12	11,2	14,40
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром и лимоном	200/13/7	0,2	0,05	10,02	40,00

115=00

Согласовано

М.Н.Подшивалова

2 НЕДЕЛЯ  
СРЕДА



Утверждено

ИП Гекчян Мамикон Левонович



## МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г

### Питание платное

#### Завтрак

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Цыпленок тушёный в соусе с овощами	200	15,49	20,41	18,97	316,00
Гарнир из свежих помидор	60	0,64	0,12	11,2	14,40
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

100=00

#### Завтрак

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Каша пшеничная с маслом	200/5	8,46	7,84	45,55	288,00
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Сдоба обыкновенная	50	3,95	4,25	29,05	172,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

80=00

#### Обед

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Суп с картофельный с горохом	200	4,92	2,58	18,02	107,00
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Сдоба обыкновенная	50	3,95	4,25	29,05	172,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

80=00





Согласовано  
М.Н.Подшивалова

Утверждено



ИП Тектян Мамикон Левонович

## МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г

2 НЕДЕЛЯ  
ЧЕТВЕРГ

### Питание детей младших классов

#### 1 смена

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Каша Дружба жидкая с маслом	200/5	5,63	7,96	30,18	216,00
Бутерброд с повидлом	40/15	2,42	4,38	32,00	180,00
Какао	200	4,66	4,84	18,83	137,00
Апельсины свежие	100	0,9	0,2	8,1	43,00

#### 2 смена

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Котлеты рубленные из цыплят	70	10,46	7,72	5,4	141
Макаронные изделия отварные	150	5,31	6,2	28,71	200
Соус томатный	40	0,46	2,06	2,63	31,00
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

91=29

### Питание детей из малообеспеченных семей

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Каша Дружба жидкая с маслом	200/5	5,63	7,96	30,18	216,00
Бутерброд с повидлом	40/15	2,42	4,38	32,00	180,00
Какао	200	4,66	4,84	18,83	137,00
Апельсины свежие	100	0,9	0,2	8,1	43,00

91=00

Согласовано

М.Н. Подшивалова

Утверждено

ИП Гекчян Мамикон Леонович

2 НЕДЕЛЯ  
ЧЕТВЕРГ

МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г

## Питание детей с ограниченными возможностями

## Завтрак

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Каша Дружба жидкая с маслом	200/5	5,63	7,96	30,18	216,00
Бутерброд с повидлом	40/15	2,42	4,38	32,00	180,00
Какао	200	4,66	4,84	18,83	137,00
Апельсины свежие	100	0,9	0,2	8,1	43,00

## Обед

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Борщ из свежей капусты	200	2,41	3,05	5,62	67,00
Котлеты рубленные из цыплят	70	10,46	7,72	5,4	141,00
Макаронные изделия отварные	150	5,31	6,2	28,71	200,00
Соус томатный	40	0,46	2,06	2,63	31,00
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

196=29

## Питание детей из семей граждан, призванных в ходе частичной мобилизации

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Котлеты рубленные из цыплят	70	10,46	7,72	5,4	141,00
Макаронные изделия отварные	180	6,37	7,4	34,45	240,00
Соус томатный	40	0,46	2,06	2,63	31,00
Огурец свежий порционно	30	0,17	0,02	0,47	3,00
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром витаминизированный*	200/10	0,2	0,05	9,74	39,00

115=00



Согласовано

М.Н. Подшивалова

Утверждено



ИП Гегкчян Мамикон Левонович

## МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г

### Питание платное

#### Завтрак

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Котлеты рубленые из цыплят	70	10,46	7,72	5,4	141,00
Макаронные изделия отварные	180	6,37	7,4	34,45	240,00
Соус томатный	40	0,46	2,06	2,63	31,00
Огурец свежий порционно	30	0,17	0,02	0,47	3,00
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

100=00

#### Завтрак

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Каша Дружба жидкая с маслом	200/5	5,63	7,96	30,18	216,00
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Булочка дорожная	50	3,55	7,4	28,05	194,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

80=00

#### Обед

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Борщ из свежей капусты	200	2,41	3,05	5,62	67,00
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Булочка дорожная	50	3,55	7,4	28,05	194,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

80=00

Согласовано

М.Н.Подшивалова

Утверждено

ИП Гекчян Мамикон Левонович



**МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г**

**2 НЕДЕЛЯ  
ПЯТНИЦА**

**Питание детей младших классов**

**1 смена**

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Салат из свеклы с р/м	60	0,87	3,06	5,1	51,00
Котлета рыбная	70	9,62	2,63	6,52	88,00
Каша рисовая рассыпчатая	150	3,52	7,93	36,96	234,00
Соус томатный	40	0,46	2,06	2,63	31,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

**2 смена**

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Салат из свеклы с р/м	60	0,87	3,06	5,1	51
Котлета рыбная	70	9,62	2,63	6,52	88,00
Каша рисовая рассыпчатая	150	3,52	7,93	36,96	234,00
Соус томатный	40	0,46	2,06	2,63	31,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

**91=29**

**Питание детей из малообеспеченных семей**

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Салат из свеклы с р/м	60	0,87	3,06	5,1	51,00
Котлета рыбная	70	9,62	2,63	6,52	88,00
Каша рисовая рассыпчатая	150	3,52	7,93	36,96	234,00
Соус томатный	40	0,46	2,06	2,63	31,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

**91=00**

Согласовано

М.И.Подшивалова

Утверждено

ИП Гекчян Мамикон Левонович

2 НЕДЕЛЯ  
ПЯТНИЦА

МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г

Питание детей с ограниченными возможностями

Завтрак

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Салат из свеклы с р/м	60	0,87	3,06	5,1	51,00
Котлета рыбная	70	9,62	2,63	6,52	88,00
Каша рисовая рассыпчатая	150	3,52	7,93	36,96	234,00
Соус томатный	40	0,46	2,06	2,63	31,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

Обед

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Щи из свежей капусты	200	5,73	5,62	7,73	111,00
Тефтели мясные	70	8,01	9,44	7,77	152,00
Пюре картофельное	150	3,11	7,12	15,77	152,00
Соус томатный	40	0,46	2,06	2,63	31,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

196=29

Питание детей из семей граждан, призванных в ходе частичной мобилизации

Наименование	Выход				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Салат из свеклы с р/м	60	0,87	3,06	5,1	51,00
Тефтели мясные	70	8,01	9,44	7,77	152,00
Пюре картофельное	150	3,11	7,12	15,77	152,00
Соус томатный	40	0,46	2,06	2,63	31,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Чай с сахаром и лимоном	200/13/7	0,2	0,05	10,02	40,00

115=00

Согласовано

М.Н.Подшивалова

2 НЕДЕЛЯ  
ПЯТНИЦА

Утверждено

ИП Гекчян Мамикон Леонович

**МЕНЮ на СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ 2024г**

**Питание платное**

**Завтрак**

<i>Наименование</i>	<i>Выход</i>				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Салат из свеклы с р/м	60	0,87	3,06	5,1	51,00
Тефтели мясные	70	8,01	9,44	7,77	152,00
Пюре картофельное	150	3,11	7,12	15,77	152,00
Соус томатный	40	0,46	2,06	2,63	31,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

100=00

**Завтрак**

<i>Наименование</i>	<i>Выход</i>				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Каша рисовая жидкая с маслом	200/10	5,04	7,63	31,04	214
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Булочка домашняя	50	3,95	4,7	27,75	169,5
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

80=00

**Обед**

<i>Наименование</i>	<i>Выход</i>				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Щи из свежей капусты	200	5,73	5,62	7,73	111,00
Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	117,00
Булочка домашняя	50	3,95	4,7	27,75	169,5
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,05	10,02	40,00

80=00