

Заведующая

Казарова В.О

## Меню

14 Марта 2025г.

## Наименование блюд

Вес, гр. / Калор, Ккал.

| Наименование блюд                       | Вес, гр.   | Калор, Ккал. |
|-----------------------------------------|------------|--------------|
| <b>ЗАВТРАК</b>                          |            |              |
| 5-Каша "Дружба"                         | 130/136    | 200/208      |
| 5-Кофейный напиток с молоком            | 180/61     | 200/66       |
| 5-Бутерброд с маслом и сыром            | 35/5/9/153 | 50/5/13/204  |
| <b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>                   |            |              |
| 5-Кисломолочный напиток 100/130         | 100/51     | 130/67       |
| <b>обед</b>                             |            |              |
| 5-Салат из моркови с зеленым горошком   | 40/41      | 60/65        |
| 5-Суп картофельный с бобовыми, с мясом  | 180/111    | 200/121      |
| 5-Гренки из пшеничного хлеба            | 15/66      | 25/110       |
| 5-Рыба по-польски                       | 60/117     | 70/141       |
| 5-Рис отварной с овощами                | 110/154    | 150/205      |
| 5-Соки овощные, фруктовые и ягодные     | 160/67     |              |
| 5-Напиток с витаминами "Витошка" для де |            | 250/0        |
| 5-Хлеб ржаной                           | 40/78      | 40/77        |
| <b>ПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК</b>               |            |              |
| 5-Молоко кипяченое 180/200              | 180/107    | 200/116      |
| 5-Сушка на сметане                      | 50/205     | 60/242       |
| <b>УЖИН</b>                             |            |              |
| 5-Голубцы ленивые                       | 150/359    | 150/359      |
| 5-Чай с сахаром                         | 180/20     | 200/24       |
| 5-Плоды свежие                          | 95/43      | 100/46       |
| 5-Хлеб пшеничный                        | 20/47      | 25/59        |

Итого калорийность: 1815.06 2108.21

ио Заведующего

Логина Е.В

## Меню

17 Марта 2025г.

## Наименование блюд

Вес, гр. / Калор, Ккал.

| Наименование блюд                       | Вес, гр. | Калор, Ккал. |
|-----------------------------------------|----------|--------------|
| <b>ЗАВТРАК</b>                          |          |              |
| 5-Плов вегетарианский с сухофруктами    | 130/261  | 150/301      |
| 5-Кофейный напиток с молоком            | 180/61   | 200/66       |
| 5-Бутерброд с маслом                    | 35/6/128 | 45/6/153     |
| <b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>                   |          |              |
| 5-Молоко кипяченое 100/130              | 100/59   | 130/78       |
| <b>обед</b>                             |          |              |
| 5-Винегрет овощной                      | 40/52    | 60/75        |
| 5-Суп картофельный с клецками с мясом   | 180/109  | 200/119      |
| 5-Суфле из пирожков                     | 60/118   | 70/143       |
| 5-Каша гречневая рассыпчатая            | 110/187  | 150/248      |
| 5-Кисель из ягод свежемороженых         | 180/56   | 200/66       |
| 5-Хлеб ржаной                           | 20/39    | 25/49        |
| <b>ПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК</b>               |          |              |
| 5-Кисломолочный напиток 180/200         | 180/138  | 200/151      |
| 5-Кондитерские изделия                  | 30/105   | 55/190       |
| <b>УЖИН</b>                             |          |              |
| 5-Овощи натуральные соленные или свежие | 30/3     | 50/5         |
| 5-Котлеты, биточки, шницели рыбные      | 60/151   | 70/174       |
| 5-Картофель отварной                    | 120/125  | 130/139      |
| 5-Соки овощные, фруктовые и ягодные     | 160/69   | 200/87       |
| 5-Хлеб пшеничный                        | 15/35    | 25/58        |
| 5-Хлеб ржаной                           | 20/39    | 25/49        |

Итого калорийность: 1736.48 2150.37