



СОГЛАСОВАНО

Директор ГАУ КО ОО ШИЛИ

Данилова М.В.



УТВЕРЖДАЮ

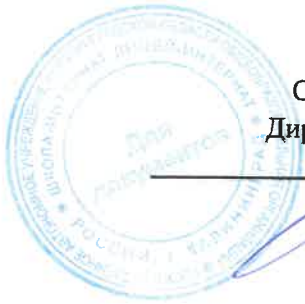
ООО "ГУРМАН"

Литвин Л.И.

Меню

дата: "02" декабря 2024г.

Наименование блюд	Выход, г	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность
		Белки, г	Жиры, г	глеводы, г	
01 день понедельник (1 неделя)					
<i>Обед</i>					
1 Салат из свежей капусты с морковью 1/100	100	1,571	4,088	6,633	69,608
2 Суп-харчо по-домашнему на бульоне 1/250	250	5,539	8,110	21,747	182,139
3 Котлета мясная запеченная в соусе 1/100	100	13,960	19,577	16,409	297,664
4 Макароны отварные с маслом 1/180	180	8,281	5,437	55,165	302,715
5 Компот из ягод з/м 1/200	200	0,160		17,020	68,720
6 Хлеб пшеничный 1/30	30	1,800	0,300	15,600	72,300
7 Хлеб ржано-пшеничный 1/40	40	2,400	0,400	20,800	96,400
Итого:	900	33,711	37,912	153,374	1 089,547
<i>Ужин</i>					
1 Винегрет овощной 1/100	100	1,286	8,132	7,909	109,968
2 Плов с курицей 1/250	250	21,130	20,880	52,470	482,320
3 Чай заварной с сахаром 1/200	200	0,120	0,031	15,041	60,921
4 Хлеб пшеничный 1/30	30	1,800	0,300	15,600	72,300
5 Хлеб ржано-пшеничный 1/40	40	2,400	0,400	20,800	96,400
Итого:	620	26,749	27,705	110,765	799,397
<i>Ужин 2</i>					
1 Кефир 1/200	200	6,000	5,000	8,000	101,000
2 Кондитерское изделие в ассортименте шт (v)	30	5,600	5,280	52,800	281,120
Итого:	230	11,600	10,280	60,800	382,120
Всего:		93,382	102,743	504,500	3 316,211



СОГЛАСОВАНО
Директор ГАУ КО ОО ШИЛИ
Данилова М.В.



УТВЕРЖДАЮ
ООО "ГУРМАН"
Литвин Л.И.

Меню
дата: "03" декабря 2024г.

02 день вторник (1 неделя)						
Завтрак						
1	Макаронны отварные с сыром 1/200/20	220	13,438	10,962	53,767	367,478
2	Омлет 1/100	100	8,130	10,322	1,219	130,294
3	Масло сливочное порционное 1/10	10	0,100	7,250	0,140	66,210
4	Хлеб пшеничный 1/50	50	3,000	0,500	26,000	120,500
5	Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5	205	0,165	0,036	15,191	61,746
Итого:		585	24,833	29,070	96,317	746,228
Обед						
1	Салат из квашеной капусты 1/100	100	1,530	8,095	6,740	105,933
2	Суп гороховый на бульоне 1/250	250	9,197	8,289	19,656	190,015
3	Мясо курицы тушеное в соусе 1/100	100	17,638	13,436	2,860	202,916
4	Каша гречневая с маслом 1/180	180	8,253	6,143	42,928	260,007
5	Компот из ягод з/м 1/200	200	0,160		17,020	68,720
6	Хлеб пшеничный 1/30	30	1,800	0,300	15,600	72,300
7	Хлеб ржано-пшеничный 1/40	40	2,400	0,400	20,800	96,400
Итого:		900	40,978	36,662	125,604	996,291
Полдник						
1	Выпечное изделие в ассортименте 1/100	100	7,895	7,991	63,918	359,169
2	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/200	200	0,000	0,000	22,400	89,603
Итого:		300	7,895	7,991	86,318	448,772
Ужин						
1	Салат из сырых овощей 1/100	100	2,717	7,346	8,078	109,294
2	Жаркое по-домашнему с мясом 1/250	250	20,774	26,805	37,388	473,887
3	Чай заварной с сахаром 1/200	200	0,120	0,031	15,041	60,921
4	Хлеб пшеничный 1/30	30	1,800	0,300	15,600	72,300
5	Хлеб ржано-пшеничный 1/40	40	2,400	0,400	20,800	96,400
Итого:		620	27,811	34,881	96,908	812,802
Ужин 2						
1	Кефир 1/200	200	6,000	5,000	8,000	101,000
2	Кондитерское изделие в ассортименте шт (v)	30	5,600	5,280	52,800	281,120
Итого:		230	11,600	10,280	60,800	382,120
Всего:			113,117	118,884	465,947	2639,985



СОГЛАСОВАНО
Директор ГАУ КО ОО ШИЛИ
Данилова М.В.



УТВЕРЖДАЮ
ООО "ГУРМАН"
Литвин Л.И.

Меню
дата: "04" декабря 2024г.

03 день среда (1 неделя)						
Завтрак						
1	Каша рисовая вязкая молочная с маслом 1/200	200	4,740	6,775	32,479	209,851
2	Ватрушка королевская 1/100	100	11,088	10,575	34,690	278,285
3	Масло сливочное порционное 1/10	10	0,100	7,250	0,140	66,210
4	Хлеб пшеничный 1/50	50	3,000	0,500	26,000	120,500
5	Чай заварной с сахаром 1/200	200	0,120	0,031	15,041	60,921
Итого:		560	19,048	25,131	108,350	735,767
Обед						
1	Салат из свежей капусты со сладким перцем 1/100	100	1,556	4,088	6,516	69,080
2	Суп картофельный с вермишелью на бульоне 1/250	250	5,647	8,077	16,731	162,202
3	Котлета рыбная запеченная в белом соусе 1/100	100	13,141	11,126	25,024	252,800
4	Картофельное пюре с маслом 1/180	180	4,084	5,885	27,528	179,413
5	Компот из сухофруктов 1/200	200	0,750	0,060	22,950	95,340
6	Хлеб пшеничный 1/30	30	1,800	0,300	15,600	72,300
7	Хлеб ржано-пшеничный 1/40	40	2,400	0,400	20,800	96,400
Итого:		900	29,379	29,936	135,149	927,536
Полдник						
1	Выпечное изделие в ассортименте 1/100	100	7,895	7,991	63,918	359,169
2	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/200	200	0,000	0,000	22,400	89,603
Итого:		300	7,895	7,991	86,318	448,772
Ужин						
1	Салат из моркови с кукурузой	100	0,998	4,066	7,346	69,970
2	Каша гречневая с курицей 1/250	250	25,936	22,524	46,238	491,411
3	Чай заварной с сахаром 1/180	180	0,108	0,028	13,537	54,829
4	Хлеб пшеничный 1/30	30	1,800	0,300	15,600	72,300
5	Хлеб ржано-пшеничный 1/40	40	2,400	0,400	20,800	96,400
Итого:		600	31,242	27,318	103,521	784,910
Ужин 2						
1	Кефир 1/200	200	6,000	5,000	8,000	101,000
2	Кондитерское изделие в ассортименте шт (v)	30	5,600	5,280	52,800	281,120
Итого:		230	11,600	10,280	60,800	382,120
Всего:		99,163	100,655	494,139	3 279,104	



СОГЛАСОВАНО
Директор ГАУ КО ОО ШИЛИ
Данилова М.В.



ОТВЕРЖДАЮ
ООО "ГУРМАН"
Литвин Л.И.

Меню
дата: "05" декабря 2024г.

04 день четверг (1 неделя)						
Завтрак						
1	Каша манная молочная с маслом 1/250	250	7,500	9,225	41,498	279,015
2	Сырник творожный с повидлом 1/75/10	75/10	11,881	10,337	28,103	252,969
3	Масло сливочное порционное 1/10	10	0,100	7,250	0,140	66,210
4	Хлеб пшеничный 1/50	50	3,000	0,500	26,000	120,500
5	Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5	205	0,165	0,036	15,191	61,746
Итого:		515	22,646	27,348	110,932	780,440
Обед						
1	Салат "Степной"	100	0,782	6,105	2,927	69,779
2	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на бульоне 1/250	250	5,122	8,689	10,351	140,095
3	Филе Золотая курочка 1/100	100	23,844	22,966	16,381	367,591
4	Макароны отварные с маслом 1/180	180	8,281	5,437	55,165	302,715
5	Компот из ягод з/м 1/200	200	0,160		17,020	68,720
6	Хлеб пшеничный 1/30	30	1,800	0,300	15,600	72,300
7	Хлеб ржано-пшеничный 1/40	40	2,400	0,400	20,800	96,400
Итого:		900	42,389	43,896	138,244	1 117,601
Полдник						
1	Выпечное изделие в ассортименте 1/100	100	7,895	7,991	63,918	359,169
2	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/200	200	0,000	0,000	22,400	89,603
Итого:		300	7,895	7,991	86,318	448,772
Ужин						
1	Салат из свежих овощей 1/100	100	1,577	6,101	7,080	89,537
2	Плов с курицей 1/250	250	21,130	20,880	52,470	482,320
3	Чай заварной с сахаром 1/200	200	0,120	0,031	15,041	60,921
4	Хлеб пшеничный 1/30	30	1,800	0,300	15,600	72,300
5	Хлеб ржано-пшеничный 1/40	40	2,400	0,400	20,800	96,400
Итого:		620	27,027	27,712	110,991	801,478
Ужин 2						
1	Кефир 1/200	200	6,000	5,000	8,000	101,000
2	Кондитерское изделие в ассортименте шт (v)	30	5,600	5,280	52,800	281,120
Итого:		230	11,600	10,280	60,800	382,120
Всего:			111,558	117,227	507,284	3 530,410

СОГЛАСОВАНО
Директор ГАУ КО ОО ШИЛИ
Данилова М.В.



УТВЕРЖДАЮ
ООО "ГУРМАН"
Литвин Л.И.

Меню
дата: "06" декабря 2024г.

05 день пятница (1 неделя)						
Завтрак						
1	Каша Дружба молочная с маслом 1/200	200	6,118	7,435	31,039	215,543
2	Манник со сгущенным молоком 100/15	115	8,137	12,347	65,641	406,238
3	Масло сливочное порционное 1/10	10	0,100	7,250	0,140	66,210
4	Хлеб пшеничный 1/50	50	3,000	0,500	26,000	120,500
5	Кофейный напиток с молоком 1/200	200	1,814	1,512	19,529	98,976
Итого:		575	19,169	29,044	142,349	907,467
Обед						
1	Винегрет овощной	100	1,556	4,088	6,516	69,080
2	Рассольник Ленинградский со сметаной на бульоне 1/250	250	5,772	8,849	18,651	177,335
3	Тефтели куриная в соусе 1/100	100	15,637	14,731	12,824	246,423
4	Картофель запеченный 1/180	180	5,299	6,462	42,819	250,629
5	Компот из яблок 1/200	200	0,080		16,960	68,160
6	Хлеб пшеничный 1/30	30	1,800	0,300	15,600	72,300
7	Хлеб ржано-пшеничный 1/40	40	2,400	0,400	20,800	96,400
Итого:		900	32,274	38,874	135,562	1 021,215
Полдник						
1	Выпечное изделие в ассортименте 1/100	100	7,895	7,991	63,918	359,169
2	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/200	200	0,000	0,000	22,400	89,603
Итого:		300	7,895	7,991	86,318	448,772
Ужин						
1	Салат из свежей капусты со сладким перцем	100	1,471	4,088	7,138	71,228
2	Макаронник с мясом 1/250	250	23,735	23,603	50,351	508,768
3	Чай заварной с сахаром 1/200	200	0,120	0,031	15,041	60,921
4	Хлеб пшеничный 1/30	30	1,800	0,300	15,600	72,300
5	Хлеб ржано-пшеничный 1/40	40	2,400	0,400	20,800	96,400
Итого:		620	29,526	28,421	108,930	809,617
Ужин 2						
1	Кефир 1/200	200	6,000	5,000	8,000	101,000
2	Кондитерское изделие в ассортименте шт (v)	30	5,600	5,280	52,800	281,120
Итого:		230	11,600	10,280	60,800	382,120
Всего:			100,465	114,611	533,959	3 569,191

СОГЛАСОВАНО
Директор ГАУ КО ОО ШИЛИ
Данилова М.В.



УТВЕРЖДАЮ
ООО "ГУРМАН"
Литвин Л.И.

Меню
дата: "07" декабря 2024г.

06 день суббота (1 неделя)

Завтрак

1	Каша овсяная вязкая молочная с маслом 1/200	200	6,510	8,275	28,879	216,031
2	Омлет 1/100	100	8,130	10,322	1,219	130,294
3	Масло сливочное порционное 1/10	10	0,100	7,250	0,140	66,210
4	Хлеб пшеничный 1/50	50	3,000	0,500	26,000	120,500
5	Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5	205	0,165	0,036	15,191	61,746
Итого:		565	17,905	26,383	71,429	594,781

Обед

1	Огурец соленый порционно 1/100	100	0,676	6,141	3,432	71,701
2	Свекольник со сметаной на бульоне 1/250	250	4,822	8,679	12,971	149,285
3	Жаркое по-домашнему с курицей 1/250	250	21,874	21,767	36,637	429,944
4	Компот из яблок 1/200	200	0,080		16,960	68,160
5	Хлеб пшеничный 1/30	30	1,800	0,300	15,600	72,300
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/40	40	2,400	0,400	20,800	96,400
Итого:		870	31,653	37,287	106,400	887,790
Всего:		49,558	63,669	177,829	1 482,571	