

СОГЛАСОВАНО
 Директор ГАУ КО ОО ШИЛИ
 Данилова М.В.

УТВЕРЖДАЮ
 Ген. директор ООО «СЕРВИСЭКСПРЕСС»
 Пивень Е.И.



Меню
 дата: "13" января 2025г.

Наименование блюд	Выход, г	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
01 день понедельник (1 неделя)					
Завтрак					
1 Каша пшеничная молочная с маслом 1/250	250	8,513	9,594	40,974	284,289
2 Оладьи с повидлом 1/75/10	85			6,6	26,4
3 Масло сливочное порционное 1/10	10	0,1	7,25	0,14	66,21
4 Хлеб пшеничный 1/50	50	3	0,5	26	120,5
5 Кофейный напиток с молоком 1/200	200	1,814	1,512	19,529	98,976
Итого:	595	13,427	18,856	93,243	596,375
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	0	22,4	89,603
Итого:	300	7,895	7,991	86,318	448,772
Обед					
1 Салат из свежей капусты с морковью 1/100	100	1,571	4,088	6,633	69,608
2 Борщ со свежей капустой с картофелем и сметаной на бульоне 1/250	250	5,082	8,679	13,516	152,505
3 Котлета мясная запеченная 1/100	100	13,96	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	0,16		17,02	68,72
6 Хлеб пшеничный 1/30	30	1,8	0,3	15,6	72,3
7 Хлеб ржано-пшеничный 1/40	40	2,4	0,4	20,8	96,4
Итого:	900	33,254	38,481	145,143	1059,912
Ужин					
1 Салат Морковный с чесноком 1/100	100	1,299	6,094	6,854	87,456
2 Плов с курицей 1/250	250	21,13	20,88	52,47	482,32
3 Чай заварной с сахаром 1/200	200	0,12	0,031	15,041	60,921
4 Хлеб пшеничный 1/30	30	1,8	0,3	15,6	72,3
5 Хлеб ржано-пшеничный 1/40	40	2,4	0,4	20,8	96,4
Итого:	620	26,749	27,705	110,765	799,397
Ужин 2					
1 Кефир 1/200	200	6	5	8	101
2 Кондитерское изделие в ассортименте шт (v)	30	5,6	5,28	52,8	281,12
Итого:	230	11,6	10,28	60,8	382,12
Всего:		92,925	103,313	496,269	3286,576

СОГЛАСОВАНО
 Директор ГАУ КО ОО ШИЛИ
 Данилова М.В.



УТВЕРЖДАЮ
 Ген. директор ООО «СЕРВИСЭКСПРЕСС»
 Пивень Е.И.



Меню
 дата: "14" января 2025г.

02 день вторник (1 неделя)

Завтрак

1	Макароны отварные с сыром 1/200/20	220	13,438	10,962	53,767	367,478
2	Омлет 1/100	100	8,13	10,322	1,219	130,294
3	Масло сливочное порционное 1/10	10	0,1	7,25	0,14	66,21
4	Хлеб пшеничный 1/50	50	3	0,5	26	120,5
5	Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5	205	0,165	0,036	15,191	61,746
Итого:		585	24,833	29,07	96,317	746,228

Обед

1	Салат из квашеной капусты с луком 1/100	100	1,53	8,095	6,74	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	2,86	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	0,16		17,02	68,72
6	Хлеб пшеничный 1/30	30	1,8	0,3	15,6	72,3
7	Хлеб ржано-пшеничный 1/40	40	2,4	0,4	20,8	96,4
Итого:		900	40,978	36,663	125,604	996,291

Полдник

1	Выпечное изделие в ассортименте 1/100	100	7,895	7,991	63,918	359,169
2	Фрукты свежие по сезону (v) шт	200	1,3	0,2	17,9	78,6
Итого:		300	9,195	8,191	81,818	437,769

Ужин

1	Салат из свеклы с сыром 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	0,12	0,031	15,041	60,921
4	Хлеб пшеничный 1/30	30	1,8	0,3	15,6	72,3
5	Хлеб ржано-пшеничный 1/40	40	2,4	0,4	20,8	96,4
Итого:		620	27,811	34,881	96,908	812,802

Ужин 2

1	Кефир 1/200	200	6	5	8	101
2	Кондитерское изделие в ассортименте шт (v)	30	5,6	5,28	52,8	281,12
Итого:		230	11,6	10,28	60,8	382,12
Всего:			114,417	119,085	461,447	3375,21



СОГЛАСОВАНО
 Директор ГАУ КО ОО ШИЛИ
 Данилова М.В.

УТВЕРЖДАЮ
 Ген. директор ООО "СЕРВИСЭКСПРЕСС"
 Пивень Е.И.



Меню
 дата: "15" января 2025г.

03 день среда (1 неделя)

Завтрак

1	Каша рисовая вязкая молочная с маслом 1/200	200	4,74	6,775	32,479	209,851
2	Ватрушка королевская 1/100	100	11,088	10,575	34,69	278,285
3	Масло сливочное порционное 1/10	10	0,1	7,25	0,14	66,21
4	Хлеб пшеничный 1/50	50	3	0,5	26	120,5
5	Чай заварной с сахаром 1/200	200	0,12	0,031	15,041	60,921
Итого:		560	19,048	25,131	108,35	735,767

Обед

1	Салат из свежей капусты со сладким перцем 1/100	100	1,556	4,088	6,516	69,08
2	Суп картофельный с вермишелью на бульоне	250	5,647	8,077	16,731	162,202
3	Котлета рыбная запеченная 1/100	100	13,141	11,126	25,024	252,8
4	Картофельное пюре с маслом 1/180	180	4,084	5,885	27,528	179,413
5	Компот из сухофруктов 1/200	200	0,75	0,06	22,95	95,34
6	Хлеб пшеничный 1/30	30	1,8	0,3	15,6	72,3
7	Хлеб ржано-пшеничный 1/40	40	2,4	0,4	20,8	96,4
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	0	22,4	89,603
Итого:		300	7,895	7,991	86,318	448,772

Ужин

1	Салат из моркови с яблоками 1/100	100	0,998	4,066	7,346	69,97
2	Каша гречневая по-купечески 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	1,8	0,3	15,6	72,3
5	Хлеб ржано-пшеничный 1/40	40	2,4	0,4	20,8	96,4
Итого:		600	31,242	27,318	103,521	784,91

Ужин 2

1	Кефир 1/200	200	6	5	8	101
2	Кондитерское изделие в ассортименте шт (v)	30	5,6	5,28	52,8	281,12
Итого:		230	11,6	10,28	60,8	382,12
Всего:			99,163	100,655	494,139	3 279,10



СОГЛАСОВАНО
Директор ГАУ КО ОО ШИЛИ
Данилова М.В.

УТВЕРЖДАЮ
Ген. директор ООО "СЕРВИСЭКСПРЕСС"
Пивень Е.И.



Меню
дата: "16" января 2025г.

04 день четверг (1 неделя)

Завтрак

1	Каша манная молочная с маслом 1/250	250	7,5	9,225	41,498	279,015
2	Сырник творожный с повидлом 1/75/10		11,881	10,337	28,103	252,969
3	Масло сливочное порционное 1/10	10	0,1	7,25	0,14	66,21
4	Хлеб пшеничный 1/50	50	3	0,5	26	120,5
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	780,44

Обед

1	Салат из свежих огурцов с маслом 1/100	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	Макаронь отварные с маслом 1/180	180	8,281	5,437	55,165	302,715
5	Компот из ягод з/м 1/200	200	0,16		17,02	68,72
6	Хлеб пшеничный 1/30	30	1,8	0,3	15,6	72,3
7	Хлеб ржано-пшеничный 1/40	40	2,4	0,4	20,8	96,4
Итого:		900	42,389	43,896	138,244	1 117,60

Полдник

1	Выпечное изделие в ассортименте 1/100	100	7,895	7,991	63,918	359,169
2	Фрукты свежие по сезону (v) шт	200	1,3	0,2	17,9	78,6
Итого:		300	9,195	8,191	81,818	437,769

Ужин

1	Салат из квашеной капусты со свеклой 1/100	100	1,577	6,101	7,08	89,537
2	Плов с курицей 1/250	250	21,13	20,88	52,47	482,32
3	Чай заварной с сахаром 1/200	200	0,12	0,031	15,041	60,921
4	Хлеб пшеничный 1/30	30	1,8	0,3	15,6	72,3
5	Хлеб ржано-пшеничный 1/40	40	2,4	0,4	20,8	96,4
Итого:		620	27,027	27,712	110,991	801,478

Ужин 2

1	Кефир 1/200	200	6	5	8	101
2	Кондитерское изделие в ассортименте шт (v)	30	5,6	5,28	52,8	281,12
Итого:		230	11,6	10,28	60,8	382,12
Всего:			112,857	117,427	502,785	3519,408

СОГЛАСОВАНО
 Директор ГАУ КО ОО ШИЛИ
 Данилова М.В.

УТВЕРЖДАЮ
 Ген. директор ООО "СЕРВИСЭКСПРЕСС"
 Пивень Е.И.

Меню
 дата: "17" января 2025г.

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	0,1	7,25	0,14	66,21
4	Хлеб пшеничный 1/50	50	3	0,5	26	120,5
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 1/100	100	1,286	8,132	7,909	109,968
2	Рассольник Ленинградский со сметаной на бульоне 1/250	250	5,772	8,849	18,651	177,335
3	Тефтеля 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	0,08		16,96	68,16
6	Хлеб пшеничный 1/30	30	1,8	0,3	15,6	72,3
7	Хлеб ржано-пшеничный 1/40	40	2,4	0,4	20,8	96,4
Итого:		900	32,274	38,874	135,562	1 021,22

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	0	22,4	89,603
Итого:		300	7,895	7,991	86,318	448,772

Ужин

1	Салат из сырых овощей 1/100	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	0,12	0,031	15,041	60,921
4	Хлеб пшеничный 1/30	30	1,8	0,3	15,6	72,3
5	Хлеб ржано-пшеничный 1/40	40	2,4	0,4	20,8	96,4
Итого:		620	29,526	28,421	108,93	809,617

Ужин 2

1	Кефир 1/200	200	6	5	8	101
2	Кондитерское изделие в ассортименте шт (v)	30	5,6	5,28	52,8	281,12
Итого:		230	11,6	10,28	60,8	382,12
Всего:			100,465	114,611	533,959	3 569,19

СОГЛАСОВАНО

Директор ГАУ КО ОО ШИЛИ

Данилова М.В.

УТВЕРЖДАЮ

Ген. директор ООО "СЕРВИСЭКСПРЕСС"

Пивень Е.И.

Меню

дата: "18" января 2025г.

06 день суббота (1 неделя)

Завтрак

1	Каша овсяная вязкая молочная с маслом 1/200	200	6,51	8,275	28,879	216,031
2	Омлет 1/100	100	8,13	10,322	1,219	130,294
3	Масло сливочное порционное 1/10	10	0,1	7,25	0,14	66,21
4	Хлеб пшеничный 1/50	50	3	0,5	26	120,5
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	Салат из свежих огурцов и помидоров с маслом 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	0,08		16,96	68,16
5	Хлеб пшеничный 1/30	30	1,8	0,3	15,6	72,3
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/40	40	2,4	0,4	20,8	96,4
Итого:		870	31,653	37,287	106,4	887,79
Всего:			49,558	63,669	177,829	1 482,57