

# Меню

07. 11. 2023г



Завтрак					
Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Суп молочный с вермишелью	1\200	161	3,4	3,6	21,7
Компот из сухофруктов	1/200	84	0,6	0,1	20,1
Хлеб	1/40	184	4,3	0,7	35
Обед					
Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Суп гороховый	1/200	102	5,9	2,9	12
Гуляш из курицы	1./60	136	24,6	21,1	3,6
Макаронные изделия отварные	1/150	109	3,7	4,8	37
Компот из сухофруктов	1\200	84	0,6	0,1	20,1
Хлеб	1./40	233	7,6	0,6	52,3

# Меню

08. 11. 2023г



Завтрак					
Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Каша рисовая с маслом	1\200	165	6,3	1,3	21,0
Какао с молоком	1/200	94	3,3	2,9	13,8
Хлеб	1/40	184	4,3	0,7	35
Обед					
Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Суп рассольник	1\200	120	2,1	5,11	16,59
Плов из говядины	1/180	156	9,8	7,9	3,1
Какао с молоком	1/200	94	3,3	2,9	13,8
Хлеб	1\40	184	4,3	0,7	35

# Меню

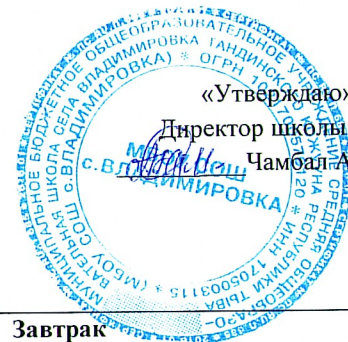
09. 11. 2023г



Завтрак					
Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Каша пшеничная с маслом	1\200	249	7,5	8,5	35
Компот из изюма	1/200	92	2,7	29	7,5
Хлеб	1/40	184	4,3	0,7	35
Обед					
Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Суп – Харчо	1\200	128	5,5	1,8	9,8
Биточки рыбные	1\70	83	4,3	2,3	4,9
Каша гречневая рассыпчатая	1/150	173	5,4	5,7	9,8
Компот из изюма	1/200	92	2,7	29	7,5
Хлеб	1\40	184	4,3	0,7	35

# Меню

10. 11. 2023г



Завтрак					
Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Каша манная с маслом	1/200	108	4,9	6,9	32
Напиток из шиповника	1/200	84	0,6	0,1	20,1
Хлеб	1/40	184	4,3	0,7	35
Обед					
Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Борщ из свежей капусты	1\200	71	1,6	3,6	8
Печень по - строгановский	1./60	99	9,4	7,4	3,9
Картофельное пюре	1/150	101	3,8	4,1	31,4
Кофейный напиток	1\200	28	0,2	1,4	2,9
Хлеб	1\40	184	4,3	0,7	35

# Меню

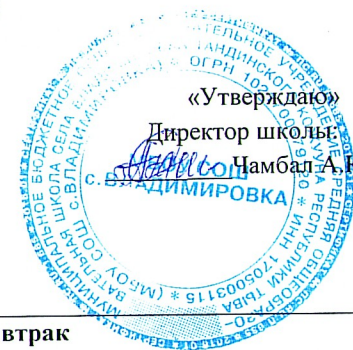
13. 11. 2023г



Завтрак					
Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Каша «Дружба»	1\200	117	3,9	2,7	13,8
Кофейный напиток	1/200	28	0,2	1,4	2,9
Хлеб	1/40	184	4,3	0,7	35
Обед					
Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Суп с крупой и фрикадельками	1/200	125	6,4	9,8	7,9
Гуляш из говядины	1\80	138	13	16	3,5
Макаронные изделия отварные	1/150	79	3,7	4,8	37
Кисель витаминный	1/200	102	0,2	0,2	14,8
Хлеб	1\40	184	4,3	0,7	35

# Меню

14. 11. 2023г



Завтрак					
Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Каша ячневая с маслом	1\200	5,1	8,3	10,3	2,3
Компот из сухофруктов	1/200	84	0,6	0,1	20,1
Хлеб	1/40	184	4,3	0,7	35
Обед					
Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Суп рассольник	1\200	120	2,1	5,11	16,59
Плов из курицы	1/180	147	10	11	2,1
Какао с молоком	1/200	94	3,3	2,9	13,8
Хлеб	1\40	184	4,3	0,7	35

# Меню

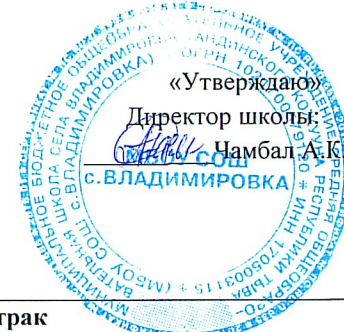
15. 11. 2023г



Завтрак					
Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Каша «Геркулес»	1\200	191	6,5	16,6	24
Чай с сахаром	1/200	47	1,9	29	11
Хлеб	1/40	184	4,3	0,7	35
Обед					
Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Щи из свежей капусты	1/200	52	1,3	3,5	3,6
Котлеты из говядины	1\60	141	5,6	9,2	10,2
Каша пшеничная рассыпчатая	1\150	139	8,9	8,5	35
Компот из свежих плодов	1\200	48	0,1	11,3	48
Хлеб	1\40	184	4,3	0,7	35

# Меню

16. 11. 2023г



Завтрак					
Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Суп молочный с рожками	1\200	162	3,2	4,9	48
Кисель витаминный	1/200	102	0,2	0,2	14,8
Хлеб	1/40	184	4,3	0,7	35
Обед					
Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Уха рыбацкая	1\200	83	5,5	1,8	9,8
Рыба, тушеная	1\70	92	5,7	0,9	5,1
Каша гречневая	1/150	173	5,4	5,7	9,8
Компот из курага	1/200	73	3,2	4,1	36
Хлеб	1\40	184	4,3	0,7	35

# МЕНЮ

17. 11. 2023г



## Завтрак

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Каша «Перловая»	1/200	126	5,8	6,2	49
Сок натуральный	1/200	79	0	0,01	14
Хлеб	1/40	184	4,3	0,7	35

## Обед

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Суп домашний	1/200	106	1,3	3,5	3,6
Капуста тушенная	1/150	125	6,4	7,8	7,9
Сок натуральный	1/200	79	0	0,01	14
Хлеб	1\40	184	4,3	0,7	35