

Меню



29.11.2024г

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Салат «Винегрет»	1./60	51	0,7	3,7	3,6
Суп домашний	1/200	106	1,3	3,5	3,6
Капуста тушенная	1/150	130	6,4	7,8	7,9
Компот из смеси сухофруктов	1\200	84	0,6	0,1	20,1
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

Меню



30.11.2024г

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Салат из моркови с изюмом	1./60	92	1,3	3,2	6,6
Борщ из свежей капусты	1\200	71	1,6	3,6	8
Жаркое по-домашнему	1/180	156	14,7	2,7	191
Чай с сахаром	1/200	56	1,9	29	11
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

Меню

27.11.2024г



Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Салат из моркови и яблок	1\60	58	0,7	3,7	3,2
Куриный овощной суп	1\200	70	4,4	2	4,3
Котлеты из говядины	1\60	109	5,6	9,2	10,2
Макаронные изделия отварные	1\150	75	3,7	4,8	37
Сок натуральный	1\200	79	0	0,01	14
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

Меню

28.11.2024г



Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Яйцо вареное	1шт	49	4	4,6	0,28
Уха рыбацкая	1\200	83	5,5	1,8	9,8
Биточки рыбные	1\70	79	4,3	2,3	4,9
Каша гречневая распычатая	1\150	128	5,4	5,7	9,8
Компот из изюма	1\200	92	2,7	29	7,5
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

МЕНЮ

25.11.2024г



Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Салат «Овощной»	1\60	57	3,5	2,8	3,9
Суп молочный с макаронными изделиями	1\200	128	2,1	5,11	16,59
Гуляш из говядины	1\80	94	13	16	3,5
Каша пшениная рассыпчатая	1./150	91	8,9	8,5	35
Компот из кураги	1\200	33	0,6	0	7,6
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

МЕНЮ

26.11.2024г



Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Творог со сметаной	1./60	96	2,5	20-	3,4
Лагман из говядиной	1/200	65	7,7	8,1	9,7
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	233	7,6	0,6	52,3

Меню

20.11.2024г



Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Салат из свеклы с чесноком	1./60	32	0,8	1,7	2,8
Щи из свежей капусты	1/200	95	1,3	3,5	3,6
Плов из курицы	1/180	147	10	11	2,1
Кофейный напиток	1\200	103	0,2	1,4	2,9
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

Меню

21.11.2024г



Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Огурцы свежие	1./60	24	1,1	0,2	3,8
Суп - Харчо	1\200	110	5,5	1,8	9,8
Рыба, тушеная в томате с овощами	1\100	92	5,7	0,9	5,1
Каша гречневая рассыпчатая	1/150	128	5,4	5,7	9,8
Напиток из шиповника	1\200	84	0,6	0,1	20
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

Меню

22.11.2024г



Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Салат из свежлы и ябллок	1./60	103	1,4	3,2	12
Суп картофельный с макаронами	1/200	98	1,3	1,43	1,52
Запеканка картофельная с мясом	1/150	114	1,33	9,09	2,8
Кисель витаминный	1/200	102	0,2	0,2	14,8
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

Меню

23. 11. 2024г



Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Салат из капусты белокочанной	1./60	36	0,8	1,9	3,9
Суп с круплой и фрикадельками	1/200	125	6,4	9,8	7,9
Куриное котлеты	1\80	138	13	16	3,5
Каша рисовая рассыпчатая	1\150	102	3,1	7,2	9,1
Компот из облепихи	1\200	55	0,6	2,1	5,6
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

Меню



16.11.2024г

Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Углы-ды
Салат из моркови и яблок	1\60	58	0,7	3,7	3,2
Борщ из свежей капусты	1\200	71	1,6	3,6	8
Жаркое по-домашнему	1/180	156	14,7	2,7	191
Компот из изюма	1/200	92	2,7	29	7,5
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

Меню

14.11.2024г



Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Салат «Рыбный»	1/60	49	4	4,6	0,28
Уха рыбацкая	1\200	83	5,5	1,8	9,8
Биточки рыбные	1\70	79	4,3	2,3	4,9
Каша гречневая рассыпчатая	1/150	128	5,4	5,7	9,8
Напиток из шиповника	1\200	84	0,6	0,1	20
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

Меню

15.11.2024г



Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Яблоки	1/200	89	4,2	4,8	5,2
Суп с крупной и фрикадельками	1/200	125	6,4	9,8	7,9
Капуста тушеная	1/150	130	6,4	7,8	7,9
Компот из смеси сухофруктов	1\200	84	0,6	0,1	20,1
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

Меню

09.11.2024г



Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Салат из капусты белокачанной	1./60	36	0,8	1,9	3,9
Суп Домашний	1\200	106	1,3	3,5	3,6
Куриное котлеты	1./80	138	13	16	3,5
Каша рисовая распычатая	1\200	102	3,1	7,2	9,1
Чай с сахаром	1\200	47	1,9	29	11
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

Меню

11.11.2024г



Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Мандарин	1./100	58	22,4	29,1	4,1
Суп рассольник	1\200	120	2,1	5,11	16,5
Гуляш из говядины	1./60	114	13	16	3,5
Каша пшениная распычатая	1./150	139	8,9	8,5	35
Чай с лимоном	1\200	62	0,4	0,1	14,5
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

Меню

07.11.2024г



Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Яйцо вареное	1шт	49	4	4,6	0,28
Суп - Харчо	1\200	110	5,5	1,8	9,8
Рыба, тушенная в томате с овощами	1\100	92	5,7	0,9	5,1
Каша гречневая рассыпчатая	1\150	128	5,4	5,7	9,8
Напиток из шиповника	1\200	84	0,6	0,1	20
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

Меню

08.11.2024г



Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Салат «Винегрет»	1./60	51	0,7	3,7	3,6
Суп с вермишелью	1/200	104	6,4	9,8	7,9
Печень по-строгановский	1./60	89	9,4	7,4	3,9
Картофельное пюре	1/150	101	3,8	4,1	31,4
Кисель витаминный	1/200	102	0,2	0,2	14,8
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3

Меню

05.11.2024г



Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Салат из свеклы с чесноком	1./60	32	0,8	1,7	2,8
Суп рассольник	1\200	120	2,1	5,11	16,59
Гуляш из курицы	1./80	105	5,1	1,4	120,8
Макаронные изделия отварные	1/150	75	3,7	4,8	37
Чай с лимоном	1\200	62	0,4	0,1	14,5
Хлеб	1./40	233	7,6	0,6	52,3

Меню

06.11.2024г



Наименование	Выход	Калл	Белки	Жиры	Угл-ды
Салат из моркови с изюмом	1\60	92	1,3	3,2	6,6
Суп гороховый	1/200	102	5,9	2,9	12
Плов из курицы	1/180	147	10	11	2,1
Кофейный напиток	1\200	103	0,2	1,4	2,9
Хлеб	1\40	233	7,6	0,6	52,3