

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "ЮЖНЫЙ"



Ларионова И.А.

ГБОУ СОШ Высокое



"СОГЛАСОВАНО"

Начальник лагеря

М Е Н Ю

на 11.06.2025

| Наименование блюда                                    | Цена   | Выход      | Ккал  |
|-------------------------------------------------------|--------|------------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                        |        |            |       |
| №338 Яблоко                                           |        | 120        | 42    |
| №188 Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенн |        | 180/30     | 452   |
| №883/Акт Кисель                                       |        | 200        | 119   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 30         | 81    |
| Итого:                                                |        | 560        | 694   |
| <b>Обед</b>                                           |        |            |       |
| №20 Салат из свежих огурцов с луком репчатым, маслом  |        | 66         | 47    |
| №99 Суп из овощей с мясом, сметаной и зеленью         |        | 10/250/5/1 | 190   |
| №295/759/Ак Котлеты из птицы с соусом                 |        | 60/50      | 197   |
| №202/309 Макароны изделия отварные с маслом сливо     |        | 180        | 172   |
| №389 Сок фруктовый                                    |        | 200        | 85    |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 50         | 177   |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                              |        | 30         | 67    |
| Итого:                                                |        | 902        | 935   |
| <b>Полдник</b>                                        |        |            |       |
| №338 Яблоко                                           |        | 100        | 47    |
| №421 Сдоба обыкновенная                               |        | 50         | 210   |
| №386 Варенец                                          |        | 200        | 156   |
| Итого:                                                | 285,44 | 350        | 413   |
| Всего:                                                | 285,44 | 1 812      | 2 043 |

Для всего меню

| В граммах                           |             |               | Витамины в миллиграммах |               |              |
|-------------------------------------|-------------|---------------|-------------------------|---------------|--------------|
| Белки                               | Жиры        | Углеводы      | витD - 9,52             | вита - 129,75 | витB1 - 0,75 |
| 67,54                               | 68,61       | 275,35        | витB2 - 1,12            | вита - 0,46   | витC - 44,78 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |             |               |                         |               |              |
| Ca - 657,96                         | F - 209,08  | Fe - 11,81    | I - 233,65              |               |              |
| K - 1 005,54                        | Mg - 181,01 | Na - 2 436,69 | P - 813,48              |               |              |

Зав. производством (Куликова Л.А.)

Калькулятор Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "ЮЖНЫЙ"



Ларионова И.А.

ГБОУ СОШ Высокое



М Е Н Ю

на 16.06.2025

| Наименование блюда                                | Цена   | Выход    | Ккал  |
|---------------------------------------------------|--------|----------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                    |        |          |       |
| № Круассан                                        |        | 60       | 128   |
| №181 Каша молочная манная с м/сливочным           |        | 250/5    | 295   |
| №382 Какао с молоком                              |        | 200      | 85    |
| №ПР Хлеб пшеничный                                |        | 35       | 82    |
| Итого:                                            |        | 550      | 591   |
| <b>Обед</b>                                       |        |          |       |
| №63 Салат из моркови (припущ.) и кураги           |        | 66       | 42    |
| №95 Рассольник домашний с цыпленком и зеленью     |        | 10/250/1 | 134   |
| №260 Гуляш мясной                                 |        | 50/50    | 268   |
| №171 Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным |        | 180      | 220   |
| №АКТ Компот из свежемороженых ягод                |        | 200      | 32    |
| №ПР Хлеб пшеничный                                |        | 50       | 177   |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                          |        | 30       | 67    |
| Итого:                                            |        | 887      | 940   |
| <b>Полдник</b>                                    |        |          |       |
| №338 Груша                                        |        | 100      | 79    |
| №415 Крендель сахарный                            |        | 50       | 265   |
| №342 Компот из свежих яблок                       |        | 200      | 115   |
| Итого:                                            | 285,44 | 350      | 458   |
| Всего:                                            | 285,44 | 1 787    | 1 989 |

Для всего меню

|                                     |             |               |                |                         |                |
|-------------------------------------|-------------|---------------|----------------|-------------------------|----------------|
| В граммах                           |             |               |                | Витамины в миллиграммах |                |
| Белки                               | Жиры        | Углеводы      |                | вита А - 1 523,02       | вита В1 - 0,82 |
| 66,86                               | 69,67       | 284,08        | вита D - 0,88  | вита Е - 0,01           | вита С - 25,24 |
|                                     |             |               | вита В2 - 1,06 |                         |                |
| Минеральные вещества в миллиграммах |             |               |                |                         |                |
| Са - 401,45                         | Ф - 189,25  | Fe - 11,25    | И - 225,98     |                         |                |
| К - 1 410,59                        | Mg - 170,14 | Na - 2 523,62 | Р - 754,63     |                         |                |

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А.)

Калькулятор \_\_\_\_\_ Фролова Л.Г.



"УТВЕРЖДАЮ"  
Директор  
ООО "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "ЮЖНЫЙ"



Ларионова И.А.

ГБОУ СОШ Высокое

"СОГЛАСОВАНО"  
Начальник лагеря



## МЕНЮ

на 17.06.2025

| Наименование блюда                                | Цена   | Выход    | Ккал  |
|---------------------------------------------------|--------|----------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                    |        |          |       |
| №1 Бутерброд с маслом сливочным и сыром           |        | 60       | 151   |
| №174 Каша молочная кукурузная с маслом сливочным  |        | 250/5    | 345   |
| №379 Кофейный напиток с молоком                   |        | 200      | 101   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                |        | 40       | 118   |
| Итого:                                            |        | 555      | 715   |
| <b>Обед</b>                                       |        |          |       |
| №ПР Икра кабачковая                               |        | 66       | 88    |
| №388 Уха рыбацкая с зеленью                       |        | 15/250/1 | 145   |
| №278 Тефтели тушеные в соусе                      |        | 60/50    | 176   |
| №202/309 Макароны изделия отварные с маслом сливо |        | 180      | 172   |
| №348 Компот из кураги                             |        | 200      | 115   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                |        | 50       | 177   |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                          |        | 30       | 67    |
| Итого:                                            |        | 902      | 940   |
| <b>Полдник</b>                                    |        |          |       |
| №399 Блинчики со сгущенным молоком                |        | 120/30   | 331   |
| №376 Чай с сахаром                                |        | 200      | 106   |
| Итого:                                            | 285,44 | 350      | 437   |
| Всего:                                            | 285,44 | 1 807    | 2 092 |

Для всего меню

| В граммах                           |             |               | Витамины в миллиграммах |               |              |
|-------------------------------------|-------------|---------------|-------------------------|---------------|--------------|
| Белки                               | Жиры        | Углеводы      | витD - 1,09             | вита - 157,97 | витB1 - 0,82 |
| 62,59                               | 63,15       | 286,21        | витB2 - 1,3             | вите - 0,96   | витPP - 0,19 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |             |               |                         |               |              |
| Ca - 738,26                         | F - 186,17  | Fe - 11,12    | I - 221,83              |               |              |
| K - 1 639,94                        | Mg - 201,42 | Na - 2 490,57 | P - 910,06              |               |              |

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А.)

Калькулятор \_\_\_\_\_ Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "ЮЖНЫЙ"



Ларионова И.А.

ГБОУ СОШ Высокое

"СОГЛАСОВАНО"

Начальник лагеря



**М Е Н Ю**

на 18.06.2025

| Наименование блюда                                     | Цена   | Выход      | Ккал  |
|--------------------------------------------------------|--------|------------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                         |        |            |       |
| № Круассан                                             |        | 60         | 128   |
| №120 Суп молочный с вермишелью и маслом сливочным      |        | 250/2      | 223   |
| №376 Чай с сахаром                                     |        | 200        | 106   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                     |        | 40         | 118   |
| Итого:                                                 |        | 552        | 576   |
| <b>Обед</b>                                            |        |            |       |
| №20 Салат из свежих огурцов с луком репчатым, маслом   |        | 66         | 47    |
| №88 Щи из св.капусты с картофелем, мясом, сметаной и з |        | 10/250/5/1 | 150   |
| №259 Жаркое из птицы                                   |        | 75/200     | 349   |
| №342 Компот из свежих яблок                            |        | 200        | 115   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                     |        | 50         | 177   |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                               |        | 30         | 67    |
| Итого:                                                 |        | 887        | 905   |
| <b>Полдник</b>                                         |        |            |       |
| №338 Яблоко                                            |        | 100        | 47    |
| №ПР Пряник                                             |        | 50         | 193   |
| №386 Кефир                                             |        | 200        | 113   |
| Итого:                                                 | 285,44 | 350        | 353   |
| Всего:                                                 | 285,44 | 1 789      | 1 833 |

Для всего меню

| В граммах                           |             |               | Витамины в миллиграммах |              |              |
|-------------------------------------|-------------|---------------|-------------------------|--------------|--------------|
| Белки                               | Жиры        | Углеводы      | витD - 0,55             | вита - 268,4 | витB1 - 0,6  |
| 63,38                               | 66,91       | 257,08        | витB2 - 1,24            | витE - 0,03  | витC - 38,68 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |             |               |                         |              |              |
| Ca - 554,13                         | F - 270,99  | Fe - 9,74     | I - 224,43              |              |              |
| K - 1 647,18                        | Mg - 155,35 | Na - 2 262,39 | P - 685,66              |              |              |

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А.)

Калькулятор \_\_\_\_\_ Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "ЮЖНЫЙ"



Ларионова И.А.

ГБОУ СОШ Высокое

"СОГЛАСОВАНО"

Начальник лагеря



**М Е Н Ю**

на 19.06.2025

| Наименование блюда                                     | Цена   | Выход      | Ккал  |
|--------------------------------------------------------|--------|------------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                         |        |            |       |
| №209 Яйцо вареное                                      |        | 60         | 95    |
| №175 Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сл  |        | 250/5      | 276   |
| №382 Какао с молоком                                   |        | 200        | 85    |
| №ПР Хлеб пшеничный                                     |        | 40         | 118   |
| Итого:                                                 |        | 555        | 574   |
| <b>Обед</b>                                            |        |            |       |
| №45 Салат из белокачанной капусты с зеленью и маслом   |        | 66         | 57    |
| №96/Акт Рассольник Ленинградский с мясом, сметаной и з |        | 10/250/5/1 | 94    |
| №268 Биточки из мяса с соусом.                         |        | 60/50      | 215   |
| №1/198 Пюре из бобовых с м/раст                        |        | 180        | 203   |
| №349 Компот из смеси сухофруктов                       |        | 200        | 133   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                     |        | 50         | 177   |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                               |        | 30         | 67    |
| Итого:                                                 |        | 902        | 945   |
| <b>Полдник</b>                                         |        |            |       |
| №338 Бананы                                            |        | 100        | 89    |
| №424 Булочка Витушка                                   |        | 50         | 228   |
| №389 Сок фруктовый в ассортименте                      |        | 200        | 35    |
| Итого:                                                 | 285,44 | 350        | 353   |
| Всего:                                                 | 285,44 | 1 807      | 1 871 |

**Для всего меню**

| В граммах                                  |             |               | Витамины в миллиграммах |               |              |
|--------------------------------------------|-------------|---------------|-------------------------|---------------|--------------|
| Белки                                      | Жиры        | Углеводы      | витD - 3,42             | вита - 345,81 | витB1 - 1,33 |
| 64,52                                      | 62,03       | 285,01        | витB2 - 1,35            | витE - 0,76   | витPP - 0,1  |
| <b>Минеральные вещества в миллиграммах</b> |             |               |                         |               |              |
| Ca - 550,97                                | F - 168,37  | Fe - 14,71    | I - 219,48              |               |              |
| K - 1 815,97                               | Mg - 271,15 | Na - 2 574,16 | P - 972,66              |               |              |

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А.)

Калькулятор \_\_\_\_\_ Фролова Л.Г.



"УТВЕРЖДАЮ"  
Директор  
ООО "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "ЮЖНЫЙ"



Ларионова И.А.

ГБОУ СОШ Высокое

"СОГЛАСОВАНО"  
Начальник лагеря



## М Е Н Ю

на 20.06.2025

| Наименование блюда                                  | Цена   | Выход    | Ккал  |
|-----------------------------------------------------|--------|----------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                      |        |          |       |
| №338 Груша                                          |        | 120      | 85    |
| №181 Каша молочная манная с м/сливочным             |        | 250/5    | 295   |
| №377 Чай с лимоном                                  |        | 200/3,5  | 99    |
| №ПР Хлеб пшеничный                                  |        | 40       | 118   |
| Итого:                                              |        | 619      | 598   |
| <b>Обед</b>                                         |        |          |       |
| №54 Салат из свеклы с яблоками, маслом растительным |        | 66       | 69    |
| №103 Суп картофельный с вермишелью, цыпленком и зел |        | 10/250/1 | 207   |
| №301 Кнели куриные с соусом                         |        | 60/50    | 135   |
| №303/Акт Каша гречневая с маслом сл.                |        | 180      | 249   |
| №АКТ Компот из свежемороженых ягод                  |        | 200      | 32    |
| №ПР Хлеб пшеничный                                  |        | 50       | 177   |
| №ПР Хлеб ржаной пшеничный                           |        | 30       | 67    |
| Итого:                                              |        | 897      | 935   |
| <b>Полдник</b>                                      |        |          |       |
| №338 Апельсины (нарезка)                            |        | 100      | 40    |
| №467 Пирожки печеные с картошкой                    |        | 50       | 207   |
| №376 Чай с сахаром                                  |        | 200      | 106   |
| Итого:                                              | 285,44 | 350      | 353   |
| Всего:                                              | 285,44 | 1 866    | 1 885 |

Для всего меню

| В граммах                           |             |               | Витамины в миллиграммах |               |              |
|-------------------------------------|-------------|---------------|-------------------------|---------------|--------------|
| Белки                               | Жиры        | Углеводы      | витD - 1,15             | витA - 278,14 | витB1 - 0,7  |
| 64,71                               | 63,72       | 260,85        | витB2 - 0,95            | витE - 0,41   | витC - 79,72 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |             |               |                         |               |              |
| Ca - 351,32                         | F - 222,61  | Fe - 12,64    | I - 363,9               |               |              |
| K - 1 597,02                        | Mg - 212,62 | Na - 3 577,43 | P - 613,33              |               |              |

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А.)

Калькулятор \_\_\_\_\_ Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"  
Директор  
ООО "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "ЮЖНЫЙ"



Ларионова И.А.

ГБОУ СОШ Высокое

"СОГЛАСОВАНО"

Начальник лагеря



## МЕНЮ

на 21.06.2025

| Наименование блюда                       | Цена   | Выход    | Ккал  |
|------------------------------------------|--------|----------|-------|
| <b>Завтрак</b>                           |        |          |       |
| №2 Бутерброд с повидлом и маслом         |        | 60       | 201   |
| №174 Каша рисовая молочная с м/сливочным |        | 250/5    | 302   |
| №376 Чай с сахаром                       |        | 200      | 106   |
| №ПР Хлеб пшеничный                       |        | 40       | 118   |
| Итого:                                   |        | 555      | 728   |
| <b>Обед</b>                              |        |          |       |
| №71 Помидоры и огурцы свежие порционно   |        | 33/33    | 14    |
| №116/АКТ Суп-харчо с мясом и зеленью     |        | 15/250/1 | 273   |
| №229 Рыба, тушенная с овощами            |        | 50/50    | 210   |
| №312 Пюре картофельное с м/сливоч.       |        | 180      | 165   |
| №389 Сок фруктовый в ассортименте        |        | 200      | 35    |
| №ПР Хлеб пшеничный                       |        | 50       | 177   |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                 |        | 30       | 67    |
| Итого:                                   |        | 892      | 940   |
| <b>Полдник</b>                           |        |          |       |
| №338 Яблоко                              |        | 100      | 47    |
| №421 Сдоба обыкновенная                  |        | 50       | 210   |
| №1008 Напиток лимонный                   |        | 200      | 98    |
| Итого:                                   | 285,44 | 350      | 355   |
| Всего:                                   | 285,44 | 1 797    | 2 023 |

### Для всего меню

| В граммах                           |             |               | Витамины в миллиграммах |               |              |
|-------------------------------------|-------------|---------------|-------------------------|---------------|--------------|
| Белки                               | Жиры        | Углеводы      | витD - 11,28            | вита - 437,59 | витB1 - 0,72 |
| 64,06                               | 63,97       | 264,8         | витB2 - 1,07            | витаЕ - 0,06  | витPP - 0,13 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |             |               |                         |               |              |
| Ca - 382,83                         | F - 521,3   | Fe - 11,16    | I - 303,43              |               |              |
| K - 1 719,02                        | Mg - 207,74 | Na - 2 488,58 | P - 743,46              |               |              |

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А.)

Калькулятор \_\_\_\_\_ Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"  
Директор  
ООО "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "ЮЖНЫЙ"



Ларионова И.А.

ГБОУ СОШ Высокое

"СОГЛАСОВАНО"  
Начальник лагеря



**М Е Н Ю**

на 23.06.2025

| Наименование блюда                                   | Цена   | Выход    | Ккал  |
|------------------------------------------------------|--------|----------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                       |        |          |       |
| №1 Бутерброд с маслом сливочным и сыром              |        | 60       | 151   |
| №173 Каша вязкая молочная пшенная с маслом сливочным |        | 250/5    | 360   |
| №379 Кофейный напиток с молоком                      |        | 200      | 101   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                   |        | 35       | 89    |
| Итого:                                               |        | 550      | 700   |
| <b>Обед</b>                                          |        |          |       |
| №30 Салат из редиса с маслом растительным            |        | 66       | 39    |
| №102 Суп картофельный с бобовыми (горохом), мясом пт |        | 10/250/1 | 174   |
| №265 Плов с мясом                                    |        | 50/220   | 351   |
| №349 Компот из смеси сухофруктов                     |        | 200      | 133   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                   |        | 50       | 177   |
| №ПР Хлеб ржаной пшеничный                            |        | 30       | 67    |
| Итого:                                               |        | 877      | 940   |
| <b>Полдник</b>                                       |        |          |       |
| №399 Блинчики с повидлом                             |        | 120/30   | 331   |
| №377 Чай с лимоном                                   |        | 200/3,5  | 99    |
| Итого:                                               | 285,44 | 354      | 430   |
| Всего:                                               | 285,44 | 1 781    | 2 070 |

Для всего меню

| В граммах                           |             |               | Витамины в миллиграммах |              |              |
|-------------------------------------|-------------|---------------|-------------------------|--------------|--------------|
| Белки                               | Жиры        | Углеводы      | витD - 1,24             | вита - 283,3 | витB1 - 1,69 |
| 63,19                               | 66,24       | 298,78        | витB2 - 1,01            | витE - 0,23  | витPP - 0,11 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |             |               |                         |              |              |
| Ca - 793,2                          | F - 138,82  | Fe - 14,21    | I - 149,89              |              |              |
| K - 1 386,94                        | Mg - 290,68 | Na - 1 634,47 | P - 1 188,1             |              |              |

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А.)

Калькулятор \_\_\_\_\_ Фролова Л.Г.



"УТВЕРЖДАЮ"  
Директор  
ООО "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "ЮЖНЫЙ"



Ларионова И.А.

ГБОУ СОШ Высокое

"СОГЛАСОВАНО"

Начальник лагеря



## МЕНЮ

на 24.06.2025

| Наименование блюда                                     | Цена   | Выход      | Ккал  |
|--------------------------------------------------------|--------|------------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                         |        |            |       |
| №ПР Йогурт                                             |        | 100        | 74    |
| №173 Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч        |        | 250/5      | 409   |
| №376 Чай с сахаром                                     |        | 200        | 106   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                     |        | 40         | 118   |
| Итого:                                                 |        | 595        | 708   |
| <b>Обед</b>                                            |        |            |       |
| №10 Салат из зеленого горошка консервированного с масл |        | 66         | 61    |
| №82 Борщ из свежей капусты с картофелем, мясом, смет   |        | 10/250/5/1 | 160   |
| №268/759 Шницель из мяса с соусом                      |        | 60/50      | 196   |
| №312 Пюре картофельное с м/сливоч                      |        | 180        | 165   |
| №348 Компот из кураги                                  |        | 200        | 115   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                     |        | 50         | 177   |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                               |        | 30         | 67    |
| Итого:                                                 |        | 902        | 940   |
| <b>Полдник</b>                                         |        |            |       |
| №338 Апельсины (нарезка)                               |        | 100        | 40    |
| №467 Пирожки печеные с картошкой                       |        | 50         | 207   |
| №388 Напиток из плодов шиповника + С витамин           |        | 200        | 88    |
| Итого:                                                 | 285,44 | 350        | 335   |
| Всего:                                                 | 285,44 | 1 847      | 1 983 |

### Для всего меню

| В граммах                           |             |              | Витамины в миллиграммах |               |               |
|-------------------------------------|-------------|--------------|-------------------------|---------------|---------------|
| Белки                               | Жиры        | Углеводы     | витD - 0,8              | витА - 335,26 | витВ1 - 1,05  |
| 63,92                               | 63,94       | 267,61       | витВ2 - 0,98            | витЕ - 1,4    | витС - 234,36 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |             |              |                         |               |               |
| Са - 535,71                         | F - 141,17  | Fe - 11,31   | I - 173,68              |               |               |
| К - 1 653,91                        | Mg - 237,97 | Na - 2 004,2 | P - 822                 |               |               |

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А.)

Калькулятор \_\_\_\_\_ Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"  
Директор  
ООО "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "ЮЖНЫЙ"



Ларионова И.А.

ГБОУ СОШ Высокое

"СОГЛАСОВАНО"  
Начальник лагеря



## МЕНЮ

на 25.06.2025

| Наименование блюда                                    | Цена   | Выход    | Ккал  |
|-------------------------------------------------------|--------|----------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                        |        |          |       |
| №2 Бутерброд с повидлом и маслом                      |        | 60       | 201   |
| №175 Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сл |        | 250/5    | 276   |
| №376 Чай с сахаром                                    |        | 200      | 106   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 35       | 82    |
| Итого:                                                |        | 550      | 665   |
| <b>Обед</b>                                           |        |          |       |
| №45 Салат из белокачанной капусты с зеленью и маслом  |        | 66       | 57    |
| №113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью          |        | 10/250/1 | 156   |
| №290/АКТ Птица тушеная в соусе                        |        | 50/50    | 120   |
| №303/Акт Каша гречневая с маслом сл.                  |        | 180      | 249   |
| №342 Компот из свежих яблок                           |        | 200      | 115   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 50       | 177   |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                              |        | 30       | 67    |
| Итого:                                                |        | 887      | 940   |
| <b>Полдник</b>                                        |        |          |       |
| №338 Бананы                                           |        | 100      | 89    |
| №429 Булочка "Веснушка"                               |        | 50       | 228   |
| №389 Сок фруктовый в ассортименте                     |        | 200      | 35    |
| Итого:                                                | 285,44 | 350      | 353   |
| Всего:                                                | 285,44 | 1 787    | 1 957 |

### Для всего меню

| В граммах                                  |             |            | Витамины в миллиграммах |              |              |
|--------------------------------------------|-------------|------------|-------------------------|--------------|--------------|
| Белки                                      | Жиры        | Углеводы   | витD - 0,66             | вита - 63,17 | витB1 - 0,83 |
| 60,79                                      | 64,97       | 285,57     | витB2 - 0,87            | витE - 0,8   | витPP - 0,1  |
| <b>Минеральные вещества в миллиграммах</b> |             |            |                         |              |              |
| Ca - 334,18                                | F - 200,72  | Fe - 12,55 | I - 185,46              |              |              |
| K - 865,23                                 | Mg - 260,23 | Na - 2 185 | P - 721,09              |              |              |

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А.)

Калькулятор \_\_\_\_\_ Фролова Л.Г.