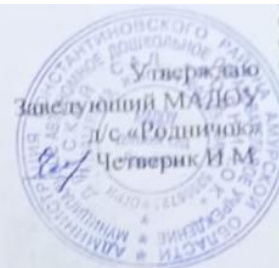




МЕНЮ НА 30.01.2025г.

		Объем порций	Ккал
Завтрак	1.Каша манная молочная	150-200г	1-3г-202.89 3-7г-210.14
	2.Хлеб (батон), масло, сыр	20-30\5-8\10г	1-3г-162.20 3-7г-188.20
	3.Чай сладкий	170-200г	1-3г-39.42 3-7г-39.42
2-й завтрак 10.00	Сок	100-100г	1-3г-43.0 3-7г-43.0
Обед	1.Нарезка овощная	40-60г	1-3г-2.52 3-7г-3.09
	2.Рассольник, сметана	150-200г	1-3г -192.17 3-7г - 244.46
	3.Жаркое по-домашнему	150-180г	1-3г - 240.82 3-7г - 311.71
	4.Компот	150-200г	1-3г - 38.70 3-7г - 38.70
	5.Хлеб	40-50г	1-3г - 94.73 3-7г -118.41
Полдник	1.Сдоба	60-90г	1-3г - 285.91 3-7г - 297.03
	2.Чай сладкий	150-200г	1-3г - 39.30 3-7г - 39.30
	3.Фрукт	100г	1-3г - 47.0 3-7г - 47.0



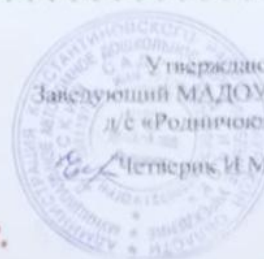
МЕНЮ НА 29.01.2025г.

		Объем порций	Ккал
Завтрак	1.Каша «геркулес» молочная	150-200г	1-3г-205.41 3-7г-212.66
	2.Хлеб (батон), масло, сыр	20-30\5-8\10г	1-3г-162.20 3-7г-188.20
	3.Чай сладкий	170-200г	1-3г-39.42 3-7г-39.42
2-й завтрак 10.00	Сок	100-100г	1-3г-43.0 3-7г-43.0
Обед	1.Салат из свеклы	40-60г	1-3г -33.00 3-7г – 40.78
	2.Суп с вермишелью	150-200г	1-3г –185.20 3-7г – 225.82
	3.Плов	150-180г	1-3г – 250.15 3-7г – 342.34
	4.Компот	150-200г	1-3г – 38.70 3-7г – 38.70
	5.Хлеб	40-50г	1-3г – 94.73 3-7г -118.41
Полдник	1.Печенье	50-60г	1-3г – 208.50 3-7г – 250.20
	2.Йогурт	150-200г	1-3г – 84.77 3-7г – 113.02



МЕНЮ НА 28.01.2025г.

		Объем порций	Ккал
Завтрак	1.Вермишель молочная	150-200г	1-3г-203.66 3-7г-210.92
	2.Хлеб (батон), масло, сыр	20-30\5-8\10	1-3г-162.20 3-7г-188.20
	3.Чай сладкий	170-200	1-3г-39.42 3-7г-39.42
2-й завтрак 10.00	Сок	100-100г	1-3г-43.0 3-7г-43.0
Обед	1. Овощная нарезка	40-60г	1-3г – 2.52 3-7г – 3.90
	2.Суп с сайрой	150-200г	1-3г –168.35 3-7г – 200.71
	3. Картофельное пюре	120 – 150г	1-3г – 152.48 3-7г – 180.65
	4.Печень по-строгановски	70-80г	1-3г – 130.90 3-7г – 260,15
	5.Компот	150-200г	1-3 – 38.70 3-7 – 38.70
	6.Хлеб	40-50г	1-3 – 94.73 3-7 -118.41
Полдник	1.Сырники из творога	100-150г	1-3г – 248.08 3-7г – 323.70
	2.Молоко сгущенное	20-30г	1-3г – 61.11 3-7г – 75.63
	3.чай	150-200г	1-3г-19.95 3-7г-39.42



МЕНЮ НА 27.01.2025г.

		Объем порций	Ккал
Завтрак	1.Каша ячневая молочная	150-200г	1-3г-199.17 3-7г-206.43
	2.Хлеб (батон), масло, сыр	20-30\5-8\10г	1-3г-162.20 3-7г-188.20
	3.Чай сладкий	170-200г	1-3г-19.95 3-7г-39.42
2-й завтрак 10.00	Сок	100-100г	1-3г-43.0 3-7г-43.0
Обед	1.Салат овощной	40-60г	1-3г – 20,63 3-7г – 22.57
	2.Борщ со сметаной	150-200г	1-3г – 172.41 3-7г – 240.96
	3.Каша гречневая	120-150г	1-3г – 139.80 3-7г – 176.63
	4.Котлета мясная	70-80г	1-3г – 122.07 3-7г – 152,40
	5.Соус	20-30г	1-3г – 36,66 3-7г – 58.84
	5.Компот	150-200г	1-3г – 38.70 3-7г – 38.70
	6.Хлеб	40-50г	1-3г – 94.73 3-7г -118.41
Полдник	1.Вафли	50-60г	1-3г – 177.00 3-7г – 212.40
	2.Какао на молоке	150-200г	1-3г – 102.51 3-7г – 102.51
	3.Фрукт	100-100г	1-3г – 47.0 3-7г – 47.0



МЕНЮ НА 31.01.2025г.

		Объем порций	Ккал
Завтрак	1.Каша пшенная молочная	150-200г	1-3г-206.66 3-7г-213.92
	2.Хлеб (батон), масло, сыр	20-30\5-8-10г	1-3г-162.20 3-7г-188.20
	3.Чай сладкий	170-200г	1-3г-39.42 3-7г-39.42
2-й завтрак 10.00	Сок	100-100	1-3г-43.0 3-7г-43.0
Обед	1.Салат витаминный	40-60г	1-3г - 40.78 3-7г - 50.77
	2.Суп гороховый с гренками	150-200г	1-3г - 196.20 3-7г - 236.82
	3.Рожки отварные	130-150г	1-3г - 149.33 3-7г - 188.89
	4.Рыба тушеная с овощами	70-80г	1-3г - 75.69 3-7г - 80.28
	5.Соус	20-30г	1-3г - 49.22 3-7г - 67.56
	6.Компот	150-200г	1-3 - 38.70 3-7 - 38.70
	7.Хлеб	40-50г	1-3 - 94.73 3-7 - 118.41
Полдник	1.Пряники	70-90г	1-3г - 256.20 3-7г - 329.40
	2.Кофейный напиток	150-200г	1-3г - 101.87 3-7г - 104.35
	3.Фрукт(яблоко)	100-100г	1-3г - 47 3-7г - 47