

МЕНЮ

на 15 - 19 Апреля 2024 г. 1-Комплекс 138,4 Обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Обед							
1	Салат Витаминный из квашеной капусты с луком зеленым с маслом	57,64	1,38	4,07	3,31	80	11,38
2	Уха "Рыбачья" с горбушей /филе/ с зеленью п/ф	182,41	14,73	8,3	12,14	200/50/1	49,49
3	Поджарка из свинины п/ф	214,6	12,5	16,38	3,41	50/40	42,57
4	Пюре картофельное п/ф	144,69	3,3	4,73	22,12	150	20,24
5	Напиток из вишни и клубники	43,27	0,14	0,14	10,17	200/8	9,85
6	Батон нарезной в/с	51,8	1,54	0,6	10,02	20	2,13
7	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	43,83	1,29	0,63	7,61	19	2,74
		738,24	34,88	34,85	68,78		138,40
Вторник							
Обед							
1	Овощи свежие порционно (огурцы)	7,7	0,49	0,07	1,33	70	15,42
2	Суп картофельный с мясными фрикадельками п/ф	169,85	8,6	8,58	14,44	250/30	42,78
3	Котлета рыбная из горбуши п/ф	165,89	17,69	6,43	14,05	90	45,77
4	Рис припущенный с овощами п/ф	207,6	3,67	5,25	38,34	150	14,77
5	Напиток из сухофруктов	59,94	0,38	0,05	16,07	200/6	2,75
6	Конфета жевательная 11гр	46,2	0,03	0,66	9,9	1шт/11гр	13,59
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	49,88	1,3	0,4	8,31	18	1,82
8	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,50
		749,9	33,52	21,66	109,28		138,40
Среда							
Обед							
1	Томаты Черри %	10,8	0,53	0,12	2,35	60	31,20
2	Суп гороховый с говядиной и гречками п/ф	226,15	10,41	6,99	31,02	250/10/10	29,65
3	Чахобили "По-школьному" из филе куриного с томатами п/ф	94,12	11,18	3,65	3,91	50/40	53,59
4	Макаронные изделия отварные (рожки трубоч)	215,34	5,62	4,21	38,39	150	10,64
5	Напиток из смородины с яблоком	50,42	0,22	0,16	11,65	200	9,34
6	Хлеб "Николаевский" йодир.	60,56	1,57	0,49	10,09	21	2,21
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	50,71	1,61	0,26	10,46	20	1,77
		708,1	31,14	15,88	107,87		138,40
Четверг							
Обед							
1	Огурцы свежие с зеленью	10,2	0,65	0,09	1,76	90	20,15
2	Борщ из свежей капусты с картофелем с говядиной со сметаной, зелень п/ф	171,23	8,13	10,45	10,96	250/20/10/1	48,25
3	Бефстроганов из мяса (свинина) п/ф	258,2	15,07	19,86	3,8	60/40	51,51
4	Гречка отварная	171,7	5,72	5,11	25,77	150	8,72
5	Напиток из кураги	61,06	0,83	0,05	14,15	200/6	5,18
6	Хлеб "Николаевский" йодир.	70,15	1,82	0,57	11,69	25	2,56
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	57,87	1,84	0,3	11,94	23	2,03
		800,41	34,06	36,43	80,07		138,40
Пятница							
Обед							
1	Хрустящая морковь 15 гр. ТМ Зеленика	72,69	0,29	3,09	10,94	1/15	35,75
2	Суп лапша с курицей с зеленью п/ф	191,25	9,7	10,72	13,87	250/20/1	32,03
3	Сочные биточки "По-домашнему" из говядины и свинины п/ф	170,89	11,87	10,94	10,71	90	43,05
4	Картофельные шарики запеченные п/ф	130,43	3,14	1,7	25,56	140	16,52
5	Напиток из вишни	44,92	0,2	0,05	10,63	200/8	7,00
6	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	40,79	1,2	0,59	7,08	17	2,55
7	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,50
		693,81	27,76	27,31	87,63		138,40

Шеф-Повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший
калькулятор

(подпись) Грицюк О.М.

Старший
калькулятор

(подпись) Грицюк О.М.