



УТВЕРЖДАЮ
И.о. заведующей
Махаева Ю

Вторник 7 (II)03.06.2025

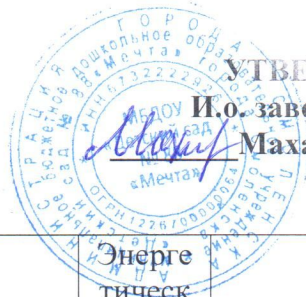
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ технологической карты
			Б	Ж	У			
Завтрак:	Суп молочный вермишелевый	150	4,6	2,14	43,63	116,16	0,73	80
	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	1,55	4,29	9,88	84,4	0	65
	Какао с молоком	180	2,5	2,7	8,7	69,5	0,4	34
Второй завтрак:	Фрукты	95	0,4	0,4	9,3	44,7	10,1	68/2
Обед:	Салат из свеклы с соленым огурцом	35	0,5	2,04	2,65	21,06	1,99	5
	Щи из свежей капусты с картофелем	200	2,61	5,96	13,04	110,78	19,53	26
	Гуляш из отварной свинины	60	13,89	13,21	6,68	201,18	1,05	84
	Картофельное пюре с морковью	100	2,04	2,83	13,31	87,42	15	44/1
	Компот из сушеных фруктов	150	0	0	4,9	19,4	0	39
	Хлеб ржаной	40	2,26	0,44	18,2	83,2	0	77
	Кисель из натурального сока	180	0,5	0,1	17,2	71,1	0,8	40
Юлдник:	Печенье	20	0,6	0,7	15,5	70,8	0	107
Ужин:	Пудинг из творога запеченный	130	18,09	12,51	23,4	294,98	0,35	60
	Соус сметанный	35	1,24	1,31	8,4	50,35	0,03	55
	Чай с сахаром	150	0,1	0	6	24,6	0,1	33
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,6	10,1	52,6	0	78/1
Всего день:			52,38	49,23	210,92	1402,23	50,08	

УТВЕРЖДАЮ
И.о. заведующего
Махаева Ю.Р..



Вторник 7 (II) 03.06.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ техно логич еской карты
			Б	Ж	У			
Завтрак:	Суп молочный вермишелевый	200	4,7	7,6	20,2	265,9	0,6	80
	Хлеб пшеничный с маслом	30 / 5	2,28	4,34	14,76	116,3	0	65
	Какао с молоком	200	3,8	3,3	12,93	87,87	0,5	34
Второй завтрак:	Фрукты	100	0,4	0,3	9,8	47	10,6	68/2
Обед:	Салат из свеклы с соленым огурцом	50	0,72	3,07	3,84	45,72	3,84	5
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	6,2	6,3	10	123,7	14,8	26
	Гуляш из отварной свинины	70	13,89	13,21	6,68	201,18	1,05	84
	Картофельное пюре с морковью	150	3,06	4,24	19,97	131,13	22,5	44/1
	Компот из сушеных фруктов	200	0	0	5,8	23,2	0	39
	Хлеб ржаной	50	2,8	0,55	24,7	104	1,3	77
Полдник:	Кисель из натурального сока	200	0,4	0,1	16,7	80,1	0,6	40
	Печенье	40	1,1	1,3	30,9	141,6	0	107
Ужин:	Пудинг из творога запеченный	150	26,6	17,9	15,7	333,8	0,3	60
	Соус сметанный	50	1	1,9	3,6	68,2	0	55
	Чай с сахаром	180	0,1	0	8,2	33,1	0,3	33
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	78,9	0	78
Всего день:			69,33	64,35	218,54	1873,63	56,39	



УТВЕРЖДАЮ

И.О. заведующего
Махаева Ю.Р.

Среда 8 (II)04.06.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	№ технологической карты
			Б	Ж	У			
Завтрак:	Каша вязкая рисовая	200	4,83	2,47	19,22	170,6	0,65	16
	Хлеб пшеничный с маслом	30 / 5	2,28	4,34	14,76	116,3	0	65
	Кофейный напиток с молоком	180	3	3,1	14,36	91	1,17	35
Второй завтрак:	Фрукты	100	0,4	0,3	9,8	47	10,6	68/2
Обед:	Салат из белокачанной капусты с яблоком (до 01.03.текущ года)	50	0,84	3,09	3,46	49,46	14,78	9
	Суп - лапша домашняя на курином бульоне	250	11,5	10,7	18,8	217,3	2,3	108
	Птица тушеная	70	8,23	7,55	2,05	109,08	1,01	62
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,3	4,7	34,2	200	0	41
	Компот из сушеных фруктов	200	0	0	5,8	23,2	0	39
	Хлеб ржаной	50	2,8	0,55	24,7	104	1,3	77
Полдник:	Кефир	200	5,8	6,4	8	118	1,4	38
	Булочка домашняя с изюмом	70	6,63	7,39	44,38	263,76	0,27	69
Ужин:	Омлет натуральный	60	12,42	18,27	3,93	112,1	0,1	48
	Свекла тушеная	140	2,4	3,16	14,1	94,17	12,8	73
	Чай с сахаром	180	0,1	0	8,2	33,1	0,3	33
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	78,9	0	78
Всего день:			68,81	72,26	240,52	1827,9 7	46,68	

Четверг 9 (II)05.06.2025



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ технологической карты
			Б	Ж	У			
Завтрак:	Каша вязкая манная	150	5,92	9,65	43,63	136,1	0,5	13
	Яйцо	1шт	4,9	4,5	0,3	61,3	0	93
	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	1,55	4,29	9,88	84,4	0	65
	Сыр	10	2,3	3	0	36,4	0,1	64
	Чай с сахаром	180	0,1	0	6	24,4	0	31
Второй завтрак:	Сок	180	1	0,2	20,2	92	4	32/1
Обед:	Салат из белокачанной капусты (до 01.03)	35	0,75	2,05	2,3	30,86	11,62	4
	Суп рыбный	200	18,48	1,99	9,9	145,6	5,47	109
	Жаркое домашнему	150	11,2	11,4	17,7	218,2	9,6	49
	Компот из свежих фруктов	150	0,16	0,16	11,9	50,7	1,98	37
	Хлеб ржаной	40	2,26	0,44	18,2	83,2	0	77
Юлтник:	Кефир	150	4,93	5,44	6,8	100,3	1,19	38
	Повидло	20	0,08	0	12,92	48,8	0,1	102
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,9	15,2	78,9	0	78
	Салат из моркови (до 01.03.текущего года)	35	0,42	0,03	5,21	23,17	1,12	3
Ужин:	Сырники из творога	130	21	15,1	17,3	292,8	0,2	94
	Соус молочный сладкий	35	1,9	1,07	9,51	55,39	0,39	76
	Чай с сахаром	150	0,1	0	6	24,6	0,1	33
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,6	10,1	52,6	0	78/1
Всего день:			80,85	60,82	223,05	1639,72	36,37	



Четверг 9 (II) 05.06.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ технологической карты
			Б	ж	У			
Завтрак:	Каша вязкая манная	200	6,69	10,94	48,25	167,6	2,01	13
	Яйцо	1	4,9	4,5	0,3	61,3	0	93
	Хлеб пшеничный с маслом	30 / 5	2,28	4,34	14,76	116,3	0	65
	Сыр	15	3,1	4	0	51	0,1	63
	Чай с сахаром	200	0,1	0	7,1	28,6	0	31
Второй завтрак:	Сок	180	1	0,2	20,2	92	4	32/1
Обед:	Салат из белокачанной капусты	50	1,5	2	4,5	43	14,6	4
	Суп рыбный	250	24,64	2,66	13,19	194,1	7,3	109
	Жаркое по-домашнему	200	12,7	12,8	23,5	262,5	11,7	49
	Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	13,86	58,5	1,98	37
	Хлеб ржаной	50	2,8	0,55	24,7	104	1,3	77
Полдник:	Кефир	200	5,8	6,4	8	118	1,4	38
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	78,9	0	78
	Повидло	20	0,08	0	12,92	48,8	0,1	102
	Салат из моркови (до 01.03.текущего года)	50	1	1,1	5,2	35,3	3,8	3
Ужин:	Сырники из творога	150	26,9	19,6	31,7	414,2	0,3	94
	Соус молочный сладкий	50	2,48	1,71	11,15	71,38	0,65	76
	Чай с сахаром	180	0,1	0	8,2	33,1	0,3	33
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	78,9	0	78
Всего день:			100,8	71,44	277,05	2057,48	49,54	



УТВЕРЖДАЮ
И.о. заведующего
Майорова Ю.

Пятница 10 (II)06.06.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	технологическая карты
			Б	Ж	У			
Завтрак:	Каша вязкая пшеничная	150	5,92	9,65	43,63	143,7	0,5	12
	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	1,55	4,29	9,88	84,4	0	65
	Кофейный напиток с молоком	160	2,34	2	10,63	70	0,98	35
Второй завтрак:	Фрукты	95	0,4	0,4	9,3	44,7	10,1	68/2
	Салат из моркови с яблоком (до 01.03.текущего года)	35	0,36	0,08	5	22,58	1,76	8
	Борщ с капустой и картофелем	200	5,5	6	10,1	118,1	8,5	22
	Печень тушеная в соусе	60	18,4	9,5	4,1	205,7	13,5	111
	Картофельное пюре	130	2,7	4,4	17,7	121,3	8,7	44
	Компот из сушеных фруктов	150	0	0	4,9	19,4	0	39
	Хлеб ржаной	40	2,26	0,44	18,2	83,2	0	77
Полдник:	Кисель из натурального сока	180	0,5	0,1	17,2	71,1	0,8	40
	Пирожок с повидлом	60	6,8	9,4	45,7	193,2	0,2	85
Ужин:	Рыба запеченная в омлете	150	24,45	12,39	9,55	247,71	0,72	61
	Винегрет	130	2,44	5,38	17,26	127,45	14,97	11
	Чай с сахаром	150	0,1	0	6	24,6	0,1	33
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,6	10,1	52,6	0	78/1
Всего день:			75,22	64,63	239,25	1629,74	60,83	



Пятница 10 (II)06.06.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ технологической карты
			Б	Ж	У			
Завтрак:	Каша вязкая пшенинная	200	6,69	10,94	48,25	184,1	2,01	12
	Хлеб пшеничный с маслом	30 / 5	2,28	4,34	14,76	116,3	0	65
	Кофейный напиток с молоком	180	3	3,1	11,5	86,3	0,5	35
Второй завтрак:	Фрукты	100	0,4	0,3	9,8	47	10,6	68/2
Обед:	Салат из моркови с яблоком (до 01.03. текущ.года)	50	0,59	0,11	7,47	34,24	2,63	8
	Борщ с капустой и картофелем	250	6,4	6,1	13,3	136,5	12,7	22
	Печень тушенная в соусе	80	22	11,9	7,3	259	26,6	111
	Картофельное пюре	150	3,5	4,7	22,9	148,4	11,1	44
	Компот из сушеных фруктов	200	0	0	5,8	23,2	0	39
	Хлеб ржаной	50	2,8	0,55	24,7	104	1,3	77
	Кисель из натурального сока	200	0,4	0,1	16,7	80,1	0,6	40
Полдник:	Пирожок с повидлом	70	8,2	10,4	58,9	361,7	0,2	85
Ужин:	Рыба запеченная в омлете	180	28,53	16,96	10,31	310,12	0,83	61
	Винегрет	150	3,3	4,3	19,9	133,3	10,3	11
	Чай с сахаром	180	0,1	0	8,2	33,1	0,3	33
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	78,9	0	78
Всего день:			90,47	74,04	294,55	2136,26	79,67	