

Согласовано:

Директор М.В.С. Семенов
 и.о. И.В. Бородин
 Шахматовский район
 П.И.О. Семенов



Утверждено:
 Исполнитель: СПОС ПК "Эдем"
 Туркина А.А.

МЕНЮ
 День 1

Дата " ____ " ____ 2025г.

Приём пищи, наименование блюда	Масса порций, в гр.	Пищевая ценность			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак					
Каши пшеничная молочная с маслом	200/10	12,09	13,28	15,97	231,76
Яйцо отварное	40	6,6	6,1	0,3	80
Фрукт	200	0,52	0,34	14,7	104
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Чай с лимоном	200/15/7	0,45	0,05	15,95	62,3
Итого за завтрак:		22,7	20,09	66,6	571,82
2-ой завтрак					
Кондитерское изделие	50	4,22	1,12	26,4	138,6
Сок	200	0	0	38	76,8
Итого за 2-ой завтрак:		4,22	1,12	64,4	215,4
Обед					
Винегрет овощной	60	0,93	3,05	18,645	105,75
Рассольник Ленинградский на мкб со сметаной	250/15/10	7,02	8,2	18,95	191,3
Пюре картофельное	150	3,43	7,1	21,1	146
Куриная грудка в сметанном соусе	50/50	10,2	12,36	17,3	221
Хлеб ржано-пшеничный	50	2,5	0,5	23,5	108,5
Чай с сахаром и яблоками	200	0,2	0,5	15,7	65,3
Итого за обед:		24,28	31,71	115,195	837,85
Итого за день:		51,2	52,92	246,195	1625,07
Цена за день:	220,56				

Технолог-калькулятор: И.В. Бородин
 Старший повар: И.В. Бородин

Согласовано:
 Директор А.В.У. Н.С.С.И.С.
 И.И.Т.В. Бирюкова
 Д.В. Шадрин

Утверждаю:
 Председатель СПОСПК "Эдем"
 Туркина А.А.

МЕНЮ
 День 2

Дата " _____ " _____ 2025г.

Приём пищи, наименование блюда	Масса порций, в гр.	Пищевая ценность			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак					
Каша геркулесовая молочная с маслом	200/10	8,48	13,28	16,01	224,28
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Сырники из творога	50/20	9,26	6,33	10,16	164
Чай с сахаром и курагой	200/15/7	0,2	1,5	15,7	65,3
Итого за завтрак:		20,98	21,43	61,55	547,34
2-ой завтрак					
Сок	200	0	0	38	76,8
Кондитерское изделие	50	4,25	2,82	21,3	138,6
Итого за 2-ой завтрак		4,25	2,82	59,3	215,4
Обед					
Салат из припущенной моркови с яблоками	60	0,73	6,04	8,4	91
Суп картофельный с крупой (гречневый) на мюб	250/15	7,38	7,5	23,5	188
Хлеб ржано-пшеничный	60	4,7	3,2	27,6	158
Компот из свежих фруктов	200	0,17	0,17	19,18	76,8
Итого за обед:		26,16	31,71	123,68	842,12
Итого за день:		51,39	55,96	245,22	1604,86
Цена за день:	220,56				

Технолог-калькулятор: _____
 Старший повар: _____

Согласовано:
 Директор Шубочасова И.И.
 Исполнительное учреждение
И.С. Березовский
 Исполнительный район
Ф.Ф. Шакиров
 Ф.И.О. Инициалы



МЕНЮ
 День 3

Дата " ____ " ____ 2025г.

Приём пищи, наименование блюда	Масса порций, в гр.	Пищевая ценность			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак					
Сыр	30	6,9	10,3	1,04	124,46
Макаронь отварные со сливочным маслом	150	5,47	6,37	34,34	204
Котлета куриная	90	10,5	11,31	6,58	170,11
Хлеб пшеничный	60	3,04	0,32	19,68	93,76
Чай с сахаром	200/15	0,021	0,005	14,975	60
Итого за завтрак:		25,931	28,305	76,615	652,33
2-ой завтрак					
Сок	200	0	0	38	76,8
Кондитерское изделие	50	1,28	1,12	26,4	138,6
Итого за 2-ой завтрак		1,28	1,12	64,4	215,4
Обед					
Помидоры свежие с маслом	60	0,66	0,12	2,28	14
Борщ с капустой и картофелем на мкб со сметаной	250/15/10	7,5	7,99	23,09	184
Рис отварной	150	3,834	5,42	31,6	210
Рыба припущенная с овощами	90/30	9,33	6,33	10,2	135,09
Хлеб ржано-пшеничный	50	2,5	3,2	23,5	108,5
Компот из сухофруктов	200	0,54	0	17,58	70,53
Итого за обед:		29,364	23,3	90,67	722,12
Итого за день:		56,575	52,725	231,685	1589,85
Цена за день:	220,56				

Технолог-калькулятор: И.И. Шакиров
 Старший повар: И.И. Шакиров

Согласовано:

Директор И.Ю. Верин

Начальник учреждения

М.Г. Бурдakov

Главный бухгалтер

Ф.Ф. Шамауров

Ф.И.О.

Подпись



Утверждено:

Председатель СПОСНК "Эдем"

Туркина А.А.

МЕНЮ

День 4

Дата * * * 2025г.

Приём пищи, наименование блюда	Масса порций, в гр.	Пищевая ценность			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак					
Оладьи с повидлом	80/20	5,04	8,89	41,85	267,57
Омлет натуральный	150/5	9,88	8,95	11,16	203,5
Хлеб пшеничный	40	1,52	0,16	9,84	46,88
Кисель ягодный	200	0	0	35,94	118
Итого за завтрак:		16,44	18	98,79	635,95
2-ой завтрак					
Сок	200	0	0	38	76,8
Фрукт	200	0,52	0,34	14,7	104
Итого за 2-ой завтрак		0,52	0,34	52,7	180,8
Обед					
Салат из свежих огурцов	100	0,66	6,08	1,8	65
Суп картофельный с макаронными изделиями на мкб со сметаной	250/15/10	8,36	6,33	27,44	200
Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,41	7,6	22,1	137,44
Гуляш из говядины с соусом	50/50	10,5	7,11	13,2	161,76
Хлеб ржано-пшеничный	60	3	0,6	27	132
Чай с сахаром и яблоками	200	0,2	0,5	15,7	65,3
Итого за обед:		39,63	34,3	91,54	761,5
Итого за день:		56,59	52,64	243,03	1578,25
Цена за день:	220,56				

Технолог-калькулятор: М.Г. Бурдakov

Старший повар: И.Ю. Верин

Согласовано:

Директор С.В.О.У.К.С.И.И. 13
И.И. Д.В. Бордовиков
Д.В. Маринин



Утверждаю:



Представитель СПДСПК "Эдем"

Гуркина А.А.

МЕНЮ
День 5

Дата "___" "___" 2025г.

Приём пищи, наименование блюда	Масса порций, в гр.	Пищевая ценность			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак					
Салат из свежих овощей	60	0,43	3,42	3,84	54,49
Гарнир сложный	150	5,01	4,8	23,43	156,96
Тефтели мясные	90	15,01	12,06	16,1	232,98
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,66
Чай с лимоном	200/15/7	0,45	0,05	15,95	62,3
Итого за завтрак:		23,94	20,65	79	601,39
2-ой завтрак					
Сок	200	0	0	38	76,8
Фрукт	200	0,52	0,34	14,7	104
Итого за 2-ой завтрак		0,52	0,34	52,7	180,8
Обед					
Салат картофельный с солеными огурцами	80	1,6	8,1	6,9	106,9
Суп картофельный с клецками на мкб со сметаной	250/15/10	6,59	7,62	24,45	232
Плов из птицы	200	15,95	19,9	38,9	398,5
Хлеб ржано-пшеничный	50	2,5	0,5	22,5	110
Комлот из свежих фруктов	200	0,17	0,17	19,18	76,8
Итого за обед:		26,81	36,29	111,93	924,2
Итого за день:		51,27	57,28	243,63	1706,39
Цена за день:	220,56				

Технолог-калькулятор:

Старший повар:

Согласовано

Директор М.Б.У. № 13

Муниципальное учреждение

М.И. Карповичев

Начальник отдела питания

А.Ф. Ширин

Ф.И.О.

Подпись



Утверждаю

Председатель СПОСГК "Зем"

Туркина А.А.

МЕНЮ

День 6

Дата "___" _____ 2025г.

Приём пищи, наименование блюда	Масса порций, в гр.	Пищевая ценность			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак					
Залежанка из творога со стуженкой	80/20	12,71	8,69	11,64	172,7
Каша манная молочная со сливочным маслом	200/10	9,15	13,31	29,2	265,89
Чай с сахаром	200/15	0,021	0,005	14,975	60
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,66
Итого за завтрак:		24,921	22,325	75,495	593,25
2-ой завтрак					
Фрукт	200	0,52	0,34	14,7	104
Сок	200	0	0	38	76,8
Итого за 2-ой завтрак		0,52	0,34	52,7	180,8
Обед					
Сыр	15	3,9	3,97	0,52	54,75
Щи из свежей капусты с картофелем на мкб со сметаной	250/15/10	7,5	8,5	18,2	155,7
Макаронь отварные со сливочным маслом	150	5,47	6,37	34,34	204
Котлета из говядины	90	9,13	12,9	12,16	201,26
Хлеб ржано-пшеничный	50	2,5	3,2	23,5	108,5
Компот из сухофруктов	200	0,54	0	17,58	70,53
Итого за обед:		29,04	34,94	106,3	794,74
Итого за день:		54,481	57,605	234,495	1568,79
Цена за день:	220,56				

Технолог-калькулятор

Старший повар

А.Ф. Ширин
А.Ф. Ширин

Согласовано:

Директор И.В. Носов
 Директор филиала
 м.п. И.С. Воробьева
 Руководитель филиала
 Ф.И.О. И.С. Воробьева



Утверждаю:
 Руководитель филиала
 Тугулина А.А.

МЕНЮ
 День 7

Дата " _____ " _____ 2025г.

Приём пищи, наименование блюда	Масса порций, в гр.	Пищевая ценность			Энергетическая ценность
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак					
Сырники из творога	50/20	9,26	6,33	10,16	164
Каша ячневая молочная со сливочным маслом	200/10	8,88	5,99	22,87	180,91
Чай с сахаром и курагой	200/15/7	0,2	1,5	15,7	65,3
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Масло сливочное	20	0,2	14,5	0,28	132,4
Итого за завтрак:		21,58	28,64	68,69	636,37
2-ой завтрак					
Сок	200	0	0	38	76,8
Кондитерское изделие	50	4,25	2,82	21,3	138,6
Итого за 2-ой завтрак		4,25	2,82	59,3	215,4
Обед					
Помидоры свежие с маслом	60	0,66	0,12	2,28	14
Суп картофельный с бобовыми (гороховый) на мясе	250/15	6,49	6,24	15,87	153,6
Жаркое из птицы	200	15,3	16,9	27,5	323,3
Хлеб ржано-пшеничный	60	3	0,6	28,2	130,2
Кисель ягодный	200	0	0	35,94	118
Итого за обед:		25,45	23,86	109,79	739,1
Итого за день:		51,28	55,32	237,78	1590,87
Цена за день:	220,56				

Технолог-калькулятор: И.С. Воробьева
 Старший повар: И.С. Воробьева