

Утверждаю

Заведующий Г.И.Хабибуллин

День 1

Меню на 06.02/2023г.

	Наименование	Взрослый	белки	жиры	уг.воды	Калора
Завтрак	<i>Каша манная молочная.</i>	200\5	10	10	24,5	228
	<i>Чай с сахаром</i>	180\5	,06	,02	4,99	30,38
	<i>Бутерброд с маслом.</i>	30\5	2,3	4,5	15,4	111
Второй завтрак	СОК	125	,6	,06	22	90,9
Обед	<i>РАССОЛЬНИК с курицей</i>	200\15\5	4,56	11,64	12,64	136,3
	<i>ТЕФТЕЛИ из говядины с</i>	70\10				
	<i>том.соусом,макарон ы отварные.</i>	130	6,2	6,5	5	103
	<i>Компот из сухофруктов</i>	180	,7	0	18	75
	<i>Хлеб сельский.</i>	37,5	1,8	,4	18	82,5
	<i>Салат из св. капусты с яблоками</i>	50	,7	2,5	4,5	43,5
Полдник	<i>КАТЫК</i>	120	3,77	3	5	62,1
	<i>Булочка Домашняя</i>	50	4,9	5	28	177
	<i>РАГУ с КУРИЦЕЙ</i>	40\120	6	10	16	170
	<i>Чай фруктовый</i>	180\7	,18	,09	17	69,5
	<i>Хлеб пшеничный</i>	23	1,8	,23	11,3	54,5

Кладовщик

Шайхиева Р.Ф.

Ут

Заведующий Г.И.Хаби

День 2

Меню на 07\02\2023г.

	Наименование	Выход (г.)	бел.пат	жиры	уг.гидрата	Кал
Завтрак	Каша» Дружба молочная.	200\5	10	10	24,5	22
	Какао с молоком	180\5	,06	,02	4,99	30
	Бутерброд с сыром, маслом.	30\7,3	2,3	4,5	15,4	11
Второй завтрак	ФРУКТЫ	125	,6	,06	22	90
Обед	Суп картофельный с клецками	200\15	4,56	11,64	12,64	13
	мяс.фрикадельками	70				
	Биточки рыбные из рыбы.	130	6,2	6,5	5	10
	Пюре картофельное	180	4,3	3,6	29,4	16
	Кисель		,7	0	18	75
	Хлеб сельский.	37,5	1,8	,4	18	82
	Салат из свеклы	50	,7	2,5	4,5	43
Полдник	Молоко кипяченое	120	3,77	3	5	62
	Крекер	10	4,9	5	28	17
	Салат из моркови	50	6	10	16	17
	Пудинг из творога					
	С супом, кефиром	150	,18	,09	17	69
	Чай с сахаром, с лимоном	180\5\5				
	Хлеб пшеничный	23	1,8	,23	11,3	54

Кладовщик Шайхиева Р Ф



Меню на 08.02/2023г

	Наименование	Выход (гр)	%-ов	енге	углеводы	Ккал
Завтрак	Каша» геркулесовая	200,5	10	10	24,5	228
	молочная.	180,5				
	ЧАЙ с молоком	30,5	0,6	0,2	4,99	30,38
	Бутерброд с маслом.		2,4	4,5	15,4	111
Второй завтрак	ФРУКТЫ	125	6	0,6	22	90,9
Обед	Свекольник с мяс фрикадельками со сметаной	200,15	4,56	11,64	12,64	136,3
	Гуляш из куриной грудкой	45,45	6,2	6,5	5	103
	Каша гречневая вязкая	130,3	4,3	3,6	29,4	169,3
	Напиток из урюка	180	7	0	18	75
	Хлеб сельский	17,5	1,8	4	18	82,5
	Хлеб сельский	17,5	7	2,5	4,5	43,5
	Салат из св. капусты	40				
Полдник	Ряженка	120	3,77	3	5	62,1
	Ватрушка с творогом	50	4,9	5	28	177
	Макаронь залеченные с яйцом	150,5	6	10	16	170
	Чай с сахаром	180,5	18	0,09	17	69,5
	Хлеб пшеничный	20	1,8	2,3	11,3	54,5

Ст. медсестра

 Бигдерочева А

Утверждаю
Заведующий Г.И. Хабибуллина

День 4

Меню на 09/02/2023г.

	Наименование	Выдано (г/р)	белки	жиры	углеводы	Ккал
Завтрак	Каша овсяная молочная.	200\5	10	10	24,5	228
	Кофейный напиток с молоком	180	,06	,02	4,99	30,38
	Бутерброд с сыром, маслом.	30\7\3	2,3	4,5	15,4	111
Второй завтрак	ФРУКТЫ	125	,6	,06	22	90,9
Обед	ЩИ со свежей капустой с картофелем, с курицей со сметаной	200\15\5	4,56	11,6	12,64	136,3
	Жаркое домашнему из отв. говядины	180	6,2	4	5	103
	Компот из сухофруктов	180	4,3	6,5	29,4	169,3
	Хлеб сельский.	37,5	,7	3,6	18	75
	Салат из свеклы и моркови	50	1,8	0	18	82,5
			0,7	,4	4,5	43,5
Полдник	Катык	120	3,77	3	5	62,1
	Творог	20		5	28	177
	Суфле из творога с молоком сгущенной	150\20	9	12,5	24	244,5
	Салат из моркови с яблоками	50	0,37	2	4,3	37
	Напиток из шиповника	180\5	1,8	0,23	11,3	54,5
	Хлеб пшеничный	23	0,6	0,3	6,5	31,1

Всего суточной калорийности 2111 Ккал

Утверждаю

Заведующий Г.И. Хабибуллин

День 5

Меню на 10/02/2023г.

	Наименование	Выход (гр.)	б. по	жир	уг. по	Ккал
Завтрак	Каша полбяная молочная.	200\5	10	10	24,5	228
	Какао с молоком	180	,06	,02	4,99	30,38
	Бутерброд с маслом.	30\73	2,3	4,5	15,4	111
Второй завтрак	сок	125	,6	,06	22	90,9
Обед	Суп вермишелевый с картофелем и мясными фрикадельками	200\15	4,56	11,6	12,64	136,3
	Плов из курицы	160	6,2	6,5	5	103
	Компот из св. яблок	180	4,3		29,4	169,3
	Хлеб сельский.	37,5				
	Салат из св. капусты.	50	1,8		18	82,5
Полдник	Кефир	120	3,77	3	5	62,1
	Пицца с сыром	50		5	28	177
	ОМЛЕТ натуральный	140	9	12,5	24	244,5
	Чай с сахаром	180\5	1,8	0,23	11,3	54,5
	Хлеб пшеничный	23	0,6	0,3	6,5	31,1

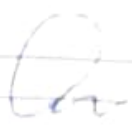
От шеф-повара

Сурганова А.А.
Вед.

Меню на 13.02.2023г

Наименование	Высота (г.р.)	б.к.к.к.	жирны	уг.гидрокси	Калории	
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	200,5	10	10	24,5	228
	Чай с молоком с сахаром	180,5	0,6	0,2	4,99	30,38
	Бутерброд с маслом	30,73	2,3	4,5	15,4	111
Второй завтрак	СОК	125	0,6	0,6	22	90,9
Обед	Суп гороховый с картофелем и мясными фрикад и гренокми	200,15	4,56	11,6	12,64	136,3
	Биточки куриные	70	6,2	6,5	5	103
	«СОЛНЫШКО», макаронны отварные	130				
	Компот из сухофрукт	180	1,8	0,4	10	82,5
	Хлеб сельский	37,5				
	Салат из свежей капусты	50	0,6	2,5	4,2	47
Полдник	Ряженка	120	3,77	3	5	62,1
	Шафран с яблоками	50		5	28	177
	Голубцы ленивые	150	9	12,5	24	244,5
	Чай фруктовый	180,5	1,8	0,23	11,3	54,5
	Хлеб пшеничный	23	0,6	0,3	6,5	31,1

Ст. медсестра



Сидорочева А

День 7

Меню на 14\ 02\ 2023г.

Наименование	Выход (гр)	белки	жиры	углеводы	Ккал
Каша пшеничная молочная.	200\5	10	10	24,5	228
Кофейный напиток с молоком	180	,06	,02	4,99	30,38
Бутерброд с маслом.	30\5	2,3	4,5	15,4	111
ФРУКТЫ	125	,6	,06	22	90,9
СУП крестьянский мясн.фрикадельками со сметаной	200\15\5	4,56	11,6	12,64	136,3
Биточки рубленные из рыбы , пюре	70	6,2	6,5	5	103
картофельное	130	4,3	3,6	29,4	169,3
Компот из св яблок	180	1,8	4	18	75
Хлеб сельский.	37,5	0,7			
Салат из свеклы	50		2,5	4,5	43,5
МОЛОКО кипяченое	120	3,77	3	5	62,1
КРЕКЕР	10		5	28	177
Запеканка творожная	150\20	9	12,5	24	244,5
с повидлом		0,37	2	4,3	37
Салат из моркови с яблоками	50	1,8	0,23	11,3	54,5
Чай	180\5	0,6	0,3	6,5	31,1
Хлеб пшеничный					

медсестра

Сидорова А

Заведующий Г И Х

День 8

Меню на 15.02/2023г.

	Наименование	Выход (гр.)	белки	жиры	углеводы	Ккал
Завтрак	Каша манная молочная.	200\5	10	10	24,5	228
	Какао с молоком Бутерброд с маслом, с сыром	180 30\7\3	0,06 2,3	0,02 4,5	4,99 15,4	30, 111
Второй завтрак	ФРУКТЫ	125	,6	,06	22	90,9
Обед	Борщ со св. капустой мясн.фрикадельками со сметаны	200\15\5	4,56	11,6	12,64	136,
	Плов из отварной говядины	160	6,2 4,3	6,5 3,6	5 29,4	103 169,
	Компот из <i>Урюка</i>	180	1,8	4	18	75
	Хлеб сельский.	37,5				
	Огурцы соленые	50	0,7	2,5	4,5	43,5
Полдник	КАТЫК	120	3,77	3	5	62,1
	Печенье Е	50		5	28	177
	<i>Гречка с фаршем и ОВОЩАМИ</i>	130	9	12,5	24	244
		50	0,37	2	4,3	37
	Чай с сахаром <i>в воде</i>		1,8	0,23	11,3	54,9
	Хлеб пшеничный	180\5\5 23	0,6	0,3	6,5	31,1

Ст медсестра

Сидорочева А.

День 9
 Меню на 16.02.2023г

Утверждаю
 Заведующий Г.И. Хабибуллина

Наименование	Выход (гр.)	белки	жиры	углеводы	Ккал	
Зантрак	СУП молочный с вермишелью	200\5	10	10	24,5	228
	Яйцо вареное	180	.06	.02	4,99	30,38
	Чай с сахаром	30\5	2,3	4,5	15,4	111
	Бутерброд с маслом					
Второй завтрак	ФРУКТЫ	125	.6	.06	22	90,9
Обед	ЩИ со св. капустой, картофелем, с курицей со смет.	200\15\5	4,56	11,6	12,64	136,3
	Запеканка картофельная с мясом	160	6,2	6,5	5	103
	Напиток шиповник	180	4,3	3,6	29,4	169,3
	Хлеб сельский.	37,5	1,8	4	18	75
	Салат пестрый	50	0,7	2,5	4,5	43,5
Полдник	Ряженка	120	3,77	3	5	62,1
	Печенье	20		5	28	177
	Капуста тушенная с яблоками	150	9	12,5	24	244,5
	Салат из моркови	50	0,37	2	4,3	37
	Напиток шиповник	180\5	1,8	0,23	11,3	54,5
	Хлеб пшеничный	23	0,6	0,3	6,5	31,1

Ст. медсестра  Сидорочева А