



Меню № 3
с 02 по 07 февраля 2026 г.

Платное питание 12-18 лет. 140 руб				Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	Цена
Приём пищи	№ ре- цеп- туры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	бел-ки	жи-ры	угле- воды		
		Понедельник						
	153 п*	Суп картофельный с рыбными консервами	200	1,77	4,22	13,6	88,6	23,50
1 нед .	280 т*	Фрикадельки в соусе	130	10,87	7,65	11,05	305,58	68,50
1 день	309 т*	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,5	26,44	168,45	18,00
Обед	106 п	Овощи натуральные	25	0,24	0,03	0,75	4,2	11,40
	54-2гн2020	Чай чёрный байховый с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,4	2,50
	*	Хлеб иод. I с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
Итого:			755	22,4	21,4	82,84	710,73	129,90
		Вторник						
	222 о*	Солянка сборная мясная	200	3,6	4,9	31,09	134,97	34,10
1 нед .	292 т*	Птица или кролик, тушеные в соусе с овощами (фасоль)	280	16,98	15,02	26,8	378,4	119,00
2 день	106 п	Овощи натуральные	25	0,24	0,03	0,75	4,2	11,40
Обед	494 п*	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	6,50
	*	Хлеб иод. I с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
Итого:			755	24,72	24,95	98,44	696,07	177,00
		Среда						
	82 т*	Борщ с капустой и картофелем	200	1,67	4,29	17,43	124,83	23,00
1 нед .	274 т*	Зразы, рубленые с яйцом	90	10,4	10,9	10	230	60,20
3 день	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41	2,00
Обед	302 т*	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,59	6,09	38,64	243,75	16,00
	106 п	Овощи натуральные	25	0,24	0,03	0,75	4,2	11,40
	349 т*	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	115,63	7,00
	*	Хлеб иод. I с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
Итого:			745	25,41	27,12	126,2	855,32	125,60
		Четверг						
	248 о *	Суп «Кубанский»	200	4,39	4,21	13,22	118,6	22,70
1 нед .	461 о*	Рыба тушеная с овощами	100	6,27	5,5	6,3	167,4	67,60
4 день	312 т*	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,43	206,25	25,50
Обед	106 п	Овощи натуральные	25	0,24	0,03	0,75	4,2	11,40
	54-2гн2020	Чай чёрный байховый с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,4	2,50
	*	Хлеб иод. I с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
Итого:			725	17,96	19,54	71,7	640,35	135,70
		Пятница						
	99 т*	Суп из овощей	200	2,4	4,5	9,3	93,77	21,70
1 нед .	260 т	Гуляш (свинина)	100	12,81	9,03	24,45	265,9	68,70
5 день	242 п*	Каша перловая, рассыпчатая	150	3,06	4,8	20,43	206,25	17,50
Обед	106 п	Овощи натуральные	25	0,24	0,03	0,75	4,2	11,40
	494 п*	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	6,50
	*	Хлеб иод. I с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
Итого:			725	22,41	23,36	94,73	748,62	131,80
		Суббота						
	108 т*	Суп картофельный с клецками	200	6,8	6,05	21,82	80,4	25,00
1 нед .	24м-202	Шницель из курицы	90	8,1	9,25	21,81	176,55	70,30
6 день	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41	2,00
Обед	302 т*	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,59	6,09	38,64	243,75	16,00
	106 п	Овощи натуральные	25	0,24	0,03	0,75	4,2	13,70
	349 т*	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	115,63	7,00
	*	Хлеб иод. I с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
Итого:			745	28,24	27,23	142,41	757,44	140,00
Итого за неделю:			4450	141,14	143,6	616,32	4408,53	840,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В.