



**Меню № 3  
с 09 по 14 февраля 2026 г.**

Платое питание 12-18 лет. 140 руб			Пищевые в-ва			Энергети-ческая ценность	Цена	
Приём пищи	№ ре-цеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	бел-ки	жи-ры	угле-воды		
<b>Понедельник</b>								
	287 о*	Щи «Новгородские»	200	1,6	4,07	19,6	85,88	22,00
2 нед.	274 т*	Фрикадельки из кур	90	6,62	17,06	18,08	258,98	65,00
6 день	199 м*	Пюре из бобовых с маслом (горох)	150	14,03	1,21	33,12		17,00
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.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
<b>Итого:</b>			<b>715</b>	<b>26,49</b>	<b>27,37</b>	<b>102,6</b>	<b>492,96</b>	<b>123,90</b>
<b>Вторник</b>								
	113 т*	Суп - лапша домашняя	200	1,76	2,36	11,76	175,48	20,00
2 нед.	265 п	Плов ( свинина )	280	13,8	14,4	25,9	348	96,40
7 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.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
<b>Итого:</b>			<b>755</b>	<b>19,7</b>	<b>21,79</b>	<b>78,21</b>	<b>706,18</b>	<b>140,30</b>
<b>Среда</b>								
	131 п	Свекольник	200	3,55	5,11	14,16	127,75	36,00
2 нед.	465 л*	Тефтели из печени и риса с соусом	110	11,6	11,7	26,4	202,2	64,20
8 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
	349 т*	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	115,63	7,00
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
<b>Итого:</b>			<b>735</b>	<b>25,37</b>	<b>26,43</b>	<b>124,4</b>	<b>735,73</b>	<b>142,60</b>
<b>Четверг</b>								
	96 т*	Рассольник «Ленинградский»	200	2,57	5,54	11,62	115,75	25,00
2 нед.	405 п*	Курица в соусе с томатом	120	11,8	7,3	16,5	225,4	70,40
9 день	302 т*	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,59	6,09	38,64	243,75	16,00
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.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
<b>Итого:</b>			<b>745</b>	<b>27,2</b>	<b>23,96</b>	<b>98,51</b>	<b>733</b>	<b>131,30</b>
<b>Пятница</b>								
	54-9 2020	Суп картофельный с фасолью	200	2,5	7,4	13,03	240	22,00
2 нед.	263 т	Рагу из свинины	280	12,32	5,6	4,25	122,1	116,00
10 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.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
<b>Итого:</b>			<b>755</b>	<b>18,96</b>	<b>18,03</b>	<b>57,83</b>	<b>544,8</b>	<b>161,90</b>
<b>Суббота</b>								
	146 о	Суп харчо	200	7,22	6,456	28,32	145,4	25,00
2 нед.	614 о*	Бифштекс нежность	90	10,66	10,334	18,8	139,77	82,00
12 день	309 т*	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,5	26,44	168,45	18,00
Обед	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41	2,00
	349 т*	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	115,63	7,00
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
<b>Итого:</b>			<b>720</b>	<b>27,91</b>	<b>27,1</b>	<b>132,95</b>	<b>706,16</b>	<b>140,00</b>
<b>Итого за неделю:</b>			<b>4425</b>	<b>145,63</b>	<b>144,68</b>	<b>594,5</b>	<b>3918,83</b>	<b>840,00</b>

\* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голосокова С. В. 