

Утверждаю:
И.И.
И.И. Петрова С.А.
201

МЕНЮ

на 31 января 2026 г. Пятый день примерного 12-ти ДНЕВНОГО МЕНЮ, №12-ШК-3/3590-20/123 от 10 августа
завтрак обед. Приемы пищи:Завтрак

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Комплексный Горный завтрак 1.4 кг.							
1	Нарезка из овощей с чесноком	21,6	0,36	2,04	0,48	40	4,00
2	Рыба запеченная (минтай)	191	15,5	12,9	3,1	90	41,00
3	Рис припущенный	176	3,5	4,4	30,5	150	20,00
4	Сок на розлив	138	0,5	0	34	200	13,50
5	Хлеб ржаной промышленного производства	34	0,5	0,3	7,6	20	1,60
6	Хлеб в/с промышленного производства	39	0,4	0,2	8,8	20	1,50
7	Фрукт в ассортименте (яблоко)	44,62	0,24	0	10,92	1шт	26,10
ИТОГО		644,22	21	19,84	95,4		107,70
Комплексный Горный завтрак 5.1 кг.							
1	Нарезка из овощей с чесноком	21,6	0,36	2,04	0,48	40	4,00
2	Рыба запеченная (минтай)	191	15,5	12,9	3,1	90	41,00
3	Рис припущенный	176	3,5	4,4	30,5	150	20,00
4	Сок на розлив	138	0,5	0	34	200	13,50
5	Хлеб ржаной промышленного производства	34	0,5	0,3	7,6	20	1,60
6	Хлеб в/с промышленного производства	39	0,4	0,2	8,8	20	1,50
7	Фрукт в ассортименте (яблоко)	44,62	0,24	0	10,92	1шт	26,10
ИТОГО		644,22	21	19,84	95,4		107,70
Комплексный Горный завтрак 5.1 кг.							
ИТОГО		644,22	21	19,84	95,4		107,70

Повар-бригадир _____
(подпись)
Мед. работник _____
(подпись)

МЕНЮ

на 31 января 2026 г. Пятый день примерного 12-ти ДНЕВНОГО МЕНЮ, №12-ШК-3/3590-20/123 от 10 августа завтрак обед. Приемы пищи:Завтрак

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Комплексный Горный завтрак ОВЗ 1-11кг							
1	Бутерброд с сыром	130	7,1	4,7	14,9	20/20	21,00
2	Каша пшеничная жидкая	169	7,5	6,2	20,8	200	34,00
3	Чай с лимоном	51	0,1	0	12,6	200	3,40
4	Хлеб ржаной промышленного производства	34	0,5	0,3	7,6	20	1,60
5	Хлеб в/с промышленного производства	39	0,4	0,2	8,8	20	1,50
6	Фрукт в ассортименте (яблоко)	44,62	0,24	0	10,92	1шт	26,10
7	Вафельные конфеты	45,72	0,9	1,15	7,92	1шт	13,90
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		513,34	16,74	12,55	83,54		101,50
Комплексный Горный обед ОВЗ с 1-11кг							
1	Рассольник, Ленинградский с мясом и	83	1,2	5	8,4	250/100	35,00
2	Нарезка из овощей с чесноком	21,6	0,36	2,04	0,48	40	4,00
3	Рыба запеченная	191	15,5	12,9	3,1	100	41
4	Рис припущенный	176	3,5	4,4	30,5	150	20,00
5	Сок на розлив	138	0,5	0	34	200	13,50
6	Хлеб ржаной промышленного производства	34	0,5	0,3	7,6	60	4,3
7	Хлеб в/с промышленного производства	116	1,2	0,6	26,4	60	4,7
8	Сок в инд. упаковке	138	0,5	0	34	200	22,1
ИТОГО ЗА ОБЕД		1410,94	22,76	24,64	110,48		144,6
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1924,28	39,5	37,19	194,02		246,1

Повар-бригадир _____
(подпись)
Мед. работник _____
(подпись)