

УТВЕРЖДАЮ:

" 10 " 03

ИП Верещагин А.А.

2020 г.

МЕНЮ

ДС Район

УТВЕРЖДАЮ:

" 10 " марта 2020 г.

Директор

ВТОРНИК 10.03.2020

Д/с. с. Ишиково 7 детей

Завтрак

№	Наименование	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность,
1	Каша молочная Дружба	150/5		4,70	6,10	25,10	174,00
2	Чай с молоком и сахаром	180		1,26	0,99	10,17	53,1
3	Повидло	10		0,01	0,01	0,58	21,5
4	Хлеб пшеничный	40		2,4	0,40	17,60	84,0
ИТОГО							332,6

Завтрак 2

№	Наименование	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность,
1	Сок	100		0,72	0,26	23,22	94,4
ИТОГО							94,4

Обед

№	Наименование	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность, кКалл
1	Винегрет овощной	40		0,5	0,9	2,9	22
2	Суп картофельный с бобовыми	150		4,5	3,1	17,5	122
3	Котлеты куриные	60		7,6	6,3	6,2	113,4
4	Пюре картофельное	120/5		7	6	33	213
5	Компот из смеси сухофруктов	180		0,72	0	17,68	76
6	Хлеб пшеничный	40		2,4	0,40	17,60	84,0
ИТОГО							630,4

Полдник

№	Наименование	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность,
1	Какао с молоком	180		2,7	2,79	17,46	104,4
2	Печенье	24		1,6	3,2	13,8	90,5
ИТОГО							194,9

Шеф-повар Раиф / Разахова И.Д.

УТВЕРЖДАЮ:

ИП Верещагин А.А.
"11" 03 2020 г.МЕНЮ
ДС Район

УТВЕРЖДАЮ:

Тем - Директор
"11" марта 2020 г.

СРЕДА 11.03.2020г.

Д/с. с. Шликово детей

Завтрак

№	Наименование	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность,
1	Каша геркулесовая молочная	150/5		6,1	7,4	26,7	198
2	Масло порционнно	5		0,1	7,30	0,10	66,1
3	Чай с сахаром	180		4,8	4,90	7,50	92,0
4	Хлеб пшеничный	40		2,4	0,40	17,60	84,0
	ИТОГО						440,10

Завтрак 2

1	Кисель плодово-ягодный	100		0,1	0	26,5	99,7
	ИТОГО						99,70

Обед

1	Салат Здоровье	40		0,6	2	2,9	32
	Суп крестьянский с крупой и сметаной	150/5		1,4	3,1	7,6	67
3	Макаронные изделия	120/5		17	14	70	475
4	Сосиски отварные	55/5		8,3	17,9	1,2	199,5
5	Компот из смеси сухофруктов	180		0,72	0	17,68	76
6	Хлеб пшеничный	40		2,4	0,40	17,60	84,0
	ИТОГО						933,5

Полдник

1	Каша пшённая молочная	150/5		5,6	6,6	26,4	187
2	Чай с сахаром	180		4,8	4,90	7,50	92,0
3	Хлеб пшеничный	40		2,4	0,40	17,60	84,0
	ИТОГО						363,00

Шеф-повар Раиф / Фасаква и.Д.

УТВЕРЖДАЮ:

"12" 03 2020 г. ИП Верещагин А.А.

МЕНЮ
ДС Район

УТВЕРЖДАЮ:

"12" марта 2020 г. *Тель* Директор

ЧЕТВЕРГ 12.03.2020г

Д/е. с. Илюково

Завтрак

№	Наименование	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность,
1	Каша молочная Артек	150/5		6,10	5,70	55,90	296,00
2	Чай с сахаром	180		4,8	4,90	7,50	92,0
3	Повидло	10		0,01	0,01	0,58	21,5
4	Хлеб пшеничный	40		2,4	0,40	17,60	84,0
ИТОГО							493,5

Завтрак 2

1	Молоко кипяченое	100		4,4	4,8	7,1	90
---	------------------	-----	--	-----	-----	-----	----

Обед

1	Салат картофельный с солеными огурцами	40		0,6	2,1	4	38
2	Суп картофельный с клецками	150		1,5	1,4	9	57
3	Биточки из говядины	60		15,9	13,6	12,4	237
4	Каша рисовая рассыпчатая	120/5		2,96	2,88	30,8	160
5	Компот из смеси сухофруктов	180		0,72	0	17,68	76
6	Хлеб пшеничный	40		2,4	0,40	17,60	84,0
ИТОГО							652

Полдник

№	Наименование	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность,
1	Суп молочный с макаронными изделиями	150		3,3	3,1	11,9	89
2	Чай с сахаром	180		4,8	4,90	7,50	92,0
3	Хлеб пшеничный	40		2,4	0,40	17,60	84,0
ИТОГО							265

Шеф-повар _____ / _____

УТВЕРЖДАЮ:

ИП Верещагин А.А.
"13" 03 2020 г.МЕНЮ
ДС Район

УТВЕРЖДАЮ:

Тель - Директор
"13" марта 2020 г.

ПЯТНИЦА 13.03.2020 г.

Д/с. с. Илюково

Завтрак

№	Наименование	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность,
1	Каша пшеничная молочная	150/5		5,6	6,6	26,4	187
2	Масло порционн	5		0,1	7,30	0,10	66,1
3	Чай с сахаром	180		4,8	4,90	7,50	92,0
4	Хлеб пшеничный	40		2,4	0,40	17,60	84,0
ИТОГО							429,10

Завтрак 2

1	Сок	100		0,72	0,26	23,22	94,4
ИТОГО							94,40

Обед

1	Салат из свеклы с раст.маслом	40		0,5	2,9	3,2	42
2	Суп с домашней лапшой	150		1,7	2,6	7,9	62
3	Тефтели из говядины	60/30		8,1	12,5	10,1	186
4	Каша гречневая рассыпчатая	120		6,72	4,32	27,68	179,2
5	Чай с сахаром	180		4,8	4,90	7,50	92,0
6	Хлеб пшеничный	40		2,4	0,40	17,60	84,0
ИТОГО							645,2

Полдник

№	Наименование	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность,
1	Какао с молоком	180		2,7	2,79	17,46	104,4
2	Пряник	30		1,9	0,6	22,7	103,8
ИТОГО							208,2

Шеф-повар _____ / _____

УТВЕРЖДАЮ:

"16" 03

ИП Верещагин А.А.

2020 г.

МЕНЮ

ДС Район

УТВЕРЖДАЮ:

"16" марта 2020 г.

Директор



ПОНЕДЕЛЬНИК 16.03.2020 г.

Д/е. с. Шмиково

Завтрак

№	Наименование	Вес	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность,
1	Каша молочная манная жидкая	150/5	6,1	7,7	25,4	195
2	Чай с сахаром	180	4,8	4,90	7,50	92,0
3	Масло порционнo	5	0,1	7,30	0,10	66,1
4	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,40	17,60	84,0
ИТОГО			7,30	12,60	25,20	437,10

Завтрак 2

1	Сок	100	0,72	0,26	23,22	94,4
ИТОГО			0,00	0,00	0,00	94,40

Обед

1	Икра морковная	40	0,9	2,9	4,1	46
2	Суп картофельный с бобовыми	150	4,5	3,1	17,5	122
3	Котлеты куриные	60	7,6	6,3	6,2	113,4
4	Макаронные изделия отварные	120/5	2	5	12	101
5	Компот из смеси сухофруктов	180	0,72	0	17,68	76
6	Хлеб пшеничный	40	2,4	0,40	17,60	84,0
ИТОГО						542,40

Полдник

1	Пряник	30	1,9	0,6	22,7	103,8
2	Чай с молоком и сахаром	180	1,26	0,99	10,17	53,1
ИТОГО						156,90

Шеф-повар _____

УТВЕРЖДАЮ:

"17" 03

ИП Верещагин А.А.

2020 г.

МЕНЮ
ДС Район

УТВЕРЖДАЮ:

"17" 03

Телев - Директор
"17" марта 2020 г.

ВТОРНИК 17.03.2020г

Дир. е. Ишкенов

Завтрак

№	Наименование	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность,
1	Каша молочная /Дружба	150/5		4,70	6,10	25,10	174,00
2	Чай с молоком и сахаром	180		1,26	0,99	10,17	53,1
3	Повидло	10		0,01	0,01	0,58	21,5
4	Хлеб пшеничный	40		2,4	0,40	17,60	84,0
ИТОГО							332,6

Завтрак 2

№	Наименование	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность,
1	Яблоки свежие	150		0,4	0	11,3	46
ИТОГО							46

Обед

№	Наименование	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность, кКалл
1	Салат луковый	30		0,4	2,7	2,1	34
2	Борщ со сметаной	150/5		1	2,9	7	58
3	Котлеты из говядины	60		15,9	13,6	12,4	237,0
4	Каша гречневая рассыпчатая	120		6,72	4,32	27,68	179,2
5	Компот из смеси сухофруктов	180		0,72	0	17,68	76
6	Хлеб пшеничный	40		2,4	0,40	17,60	84,0
ИТОГО							668,2

Полдник

№	Наименование	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность,
1	Какао с молоком	180		2,7	2,79	17,46	104,4
2	Печенье	24		2	0	14	71
ИТОГО							175,4

Шеф-повар _____ / _____

УТВЕРЖДАЮ:

"18" 03 2020 г.

МЕНЮ
ДС Район

УТВЕРЖДАЮ:

"18" марта 2020 г.



СРЕДА 18.03.2020 г.

Дие. е. Илюков

Завтрак

№	Наименование	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность,
1	Каша геркулесовая молочная	150/5		6,1	7,4	26,7	198
2	Масло порционно	5		0,1	7,30	0,10	66,1
3	Чай с сахаром	180		4,8	4,90	7,50	92,0
4	Хлеб пшеничный	40		2,4	0,40	17,60	84,0
ИТОГО							440,10

Завтрак 2

1	Кисель плодово-ягодный	100		0,1	0	26,5	99,7
ИТОГО							99,70

Обед

1	Винегрет	40		1	3	3	44
2	Щи из свежей капусты со сметаной	150/5		1	3,2	5,1	56
3	Плюх из курицы	120		14,2	18,4	23,7	320
4	Чай с сахаром	180		4,8	4,90	7,50	92,0
5	Хлеб пшеничный	40		2,4	0,40	17,60	84,0
ИТОГО							596

Полдник

1	Каша молочная пшеничная	150/5		4	8	21	177
2	Чай с молоком и сахаром	180		1,26	0,99	10,17	53,1
3	Хлеб пшеничный	40		2,4	0,40	17,60	84,0
ИТОГО							314,10

Шеф-повар _____ / _____ /

УТВЕРЖДАЮ:

"19" 03 2020 г.

МЕНЮ
ДС Район

УТВЕРЖДАЮ:

"19" марта 2020 г.



ЧЕТВЕРГ 19.03.2020г.

Д/с. с. Ишиково

Завтрак

№	Наименование	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность,
1	Каша молочная рисовая	150/5		3,80	5,90	23,70	164,00
2	Чай с сахаром	180		4,8	4,90	7,50	92,0
3	Повидло	10		0,01	0,01	0,58	21,5
4	Хлеб пшеничный	40		2,4	0,40	17,60	84,0
ИТОГО							361,5

Завтрак 2

1	Молоко кипяченое	100		4,4	4,8	7,1	90
---	------------------	-----	--	-----	-----	-----	----

Обед

1	Салат картофельный с солеными огурцами	40			2	5	40
2	Суп с домашней лапшой	150		1,7	2,6	7,9	62
3	Рыба тушеная в т/с	60		7,2	4,8	2,8	84
4	Пюре картофельное	120/5		5	8	29	207
5	Чай с сахаром	180		4,8	4,90	7,50	92,0
6	Хлеб пшеничный	40		2,4	0,40	17,60	84,0
ИТОГО							569

Полдник

№	Наименование	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность,
1	Суп молочный с макаронными изделиями	150		3,3	3,1	11,9	89
2	Чай с сахаром	180		4,8	4,90	7,50	92,0
3	Хлеб пшеничный	40		2,4	0,40	17,60	84,0
ИТОГО							265

Шеф-повар _____ / _____

УТВЕРЖДАЮ:

" 20 " 03 2020 г.



МЕНЮ

ДС Район

УТВЕРЖДАЮ:

" 20 " марта 2020 г.



ПЯТНИЦА 20.03.2020г

Д/с. е. Чикова

Завтрак

№	Наименование	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность,
1	Каша пшеничная молочная	150/5		5,6	6,6	26,4	187
2	Масло порционно	10		0,1	7,30	0,10	66,1
3	Какао с молоком	180		4,0	4,0	15,0	112,0
4	Хлеб пшеничный	40		2,4	0,40	17,60	84,0
	ИТОГО						449,10

Завтрак 2

1	Сок	100		0,72	0,26	23,22	94,4
	ИТОГО						94,40

Обед

1	Салат из свеклы с раст.маслом	40		0,5	2,9	3,2	42
2	Суп картофельный с бобовыми	150		4,5	3,1	17,5	122
3	Рагу овощное с мясом	150		12,4	13,8	10,5	217
4	Чай с сахаром	180		4,8	4,90	7,50	92,0
5	Хлеб пшеничный	40		2,4	0,40	17,60	84,0
	ИТОГО						557

Полдник

№	Наименование	Вес	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность,
1	Чай с молоком и сахаром	180		1,26	0,99	10,17	53,1
2	Пряник	30		1,9	0,6	22,7	103,8
	ИТОГО						156,9

Шеф-повар _____ / _____ /