



РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

125-00 руб

Неделя 1 день: 1

_____ " _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Полдник					
ОГУРЕЦ НАТУРАЛЬНЫЙ СОЛЕНЫЙ	30	0,24	0,03	0,51	3
КОТЛЕТЫ ШКОЛЬНЫЕ (П/Ф КОТЛЕТА ШКОЛЬНАЯ, Масло растительное)	50	4,28	4,72	4,39	77,17
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Молоко, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	100	1,64	3,91	14,46	99,58
НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ (Варенье, Вода питьевая, Лимонная кислота)	180	0,09		24,12	96,84
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Полдник	380	7,62	8,83	52,51	319,69
Итого за день	380	7,62	8,83	52,51	319,69

Зав. производством _____



РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

125-00 руб

Неделя 1 день: 2

_____ " _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Полдник					
ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ (ТК 54-3з)	30	0,35	0,05	1,15	6,4
ПАСТА КАРБОНАРА "ПО-ШКОЛЬНОМУ" (Сыр, Ветчина, Молоко, Вода питьевая, Макароны, Масло сл-сливочное 82,5%, Мука пшеничная в/с, Соль)	150	10	12,2	28,3	263
КОМПОТ ИЗ КЛЮКВЫ (Вода питьевая, Клюква протёртая с сахаром)	180	0,09		6,84	27,72
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Полдник	380	11,81	12,42	45,32	340,22
Итого за день	380	11,81	12,42	45,32	340,22

Зав. производством _____



РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

125-00 руб

Неделя 1 день: 3

_____ " _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Полдник					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (Морковь очищенная, Капуста б/к свежая, Лимонная кислота, Лук репчатый, Масло растительное, Сахарный песок, Соль)	50	1,33	5,08	5,17	71,42
ПЛОВ С ИНДЕЙКОЙ (Морковь очищенная, Мясо индейки(филе), Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Рис, Соль)	150	7,73	12,53	20,93	227,33
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (Вода питьевая, Изюм, виноград суш.«Изюм», в.с., Лимонная кислота, Сахарный песок)	180	0,45	0,09	13,5	56,61
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Полдник	400	10,88	17,87	48,63	398,46
Итого за день	400	10,88	17,87	48,63	398,46

Зав. производством _____



РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

125-00 руб

Неделя 1 день: 4

_____ " _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Полдник					
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	30	0,25	0,05	0,75	4,25
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С МОРКОВЬЮ (Батон, Меланж яичный, Рыба филе с/м, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное)	50	4,23	4,9	2,75	72
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (Картофель очищенный, Молоко, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	100	2,13	3,47	13,2	92,93
НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ (Варенье, Вода питьевая, Лимонная кислота)	180	0,09		24,12	96,84
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Полдник	380	8,07	8,59	49,85	309,12
Итого за день	380	8,07	8,59	49,85	309,12

Зав. производством _____



РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

125-00 руб

Неделя 1 день: 5

_____ " _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Полдник					
САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ (Капуста квашенная, Лук репчатый, Масло растительное, Сахарный песок)	50	0,75	2,5	3,83	43,33
ШНИЦЕЛЬ КУРИНЫЙ РУБЛЕННЫЙ (Батон, ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Вода питьевая, Масло растительное, Масло сливочное 82,5%, Соль, Сухари панировочные)	50	5,3	2,9	6,2	72,1
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ (ТК54-1г) (Вода питьевая, Макароны, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	100	3,6	3,27	21,87	131,2
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (Вода питьевая, Изюм, виноград суш. «Изюм», в.с., Лимонная кислота, Сахарный песок)	180	0,45	0,09	13,5	56,61
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Полдник	400	11,47	8,93	54,43	346,34
Итого за день	400	11,47	8,93	54,43	346,34

Зав. производством _____



РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

125-00 руб

Неделя 1 день: 6

_____ " _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Полдник					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (Свекла очищенная, Масло растительное, Соль)	50	0,67	2,25	3,83	38
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ (Батон, Вода питьевая, Говядина, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Соль)	50	3,22	6,9	4,05	91,17
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (Вода питьевая, Гречневая крупа, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	100	5,53	4,2	24	155,8
КОМПОТ ИЗ КЛЮКВЫ (Вода питьевая, Клюква протёртая с сахаром)	180	0,09		6,84	27,72
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Полдник	400	10,88	13,52	47,75	355,79
Итого за день	400	10,88	13,52	47,75	355,79

Зав. производством _____



РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

125-00 руб

Неделя 2 день: 1

_____ " _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Полдник					
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	30	0,25	0,05	0,75	4,25
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (п/ф КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ, Масло растительное)	50	5,8	5,4	8,5	105,8
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ (Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Рис, Соль)	100	2,31	3,31	12,39	88,55
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (Вода питьевая, Изюм, виноград суш. «Изюм», в.с., Лимонная кислота, Сахарный песок)	180	0,45	0,09	13,5	56,61
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Полдник	380	10,18	9,02	44,17	298,31
Итого за день	380	10,18	9,02	44,17	298,31

Зав. производством _____



РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

125-00 руб

Неделя 2 день: 2

_____ " _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Полдник					
ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ (ТК 54-3з)	30	0,35	0,05	1,15	6,4
НАГГЕТСЫ КУРИНЫЕ (Батон, ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Вода питьевая, Масло растительное, Соль, Сухари панировочные)	50	12,3	6,8	4,4	127
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ (ТК54-1г) (Вода питьевая, Макароны, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	100	3,6	3,27	21,87	131,2
КОМПОТ ИЗ КЛЮКВЫ (Вода питьевая, Клюква протёртая с сахаром)	180	0,09		6,84	27,72
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Полдник	380	17,71	10,29	43,29	335,42
Итого за день	380	17,71	10,29	43,29	335,42

Зав. производством _____



РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

125-00 руб

Неделя 2 день: 3

_____ " _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Полдник					
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (Капуста квашенная, Лук репчатый, Масло растительное, Сахарный песок)	50	0,75	2,5	3,83	43,33
КОТЛЕТЫ МОСКОВСКИЕ (П/Ф КОТЛЕТЫ "МОСКОВСКИЕ", Масло растительное)	50	4,27	4,2	11,2	99,67
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ "ПО-ДОМАШНЕМУ" (Морковь очищенная, Вода питьевая, Гречневая крупа, Лук репчатый, Масло сливочное 82,5%, Соль)	100	2,4	3,07	6,93	64,93
НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ (Варенье, Вода питьевая, Лимонная кислота)	180	0,09		24,12	96,84
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Полдник	400	8,88	9,94	55,11	347,87
Итого за день	400	8,88	9,94	55,11	347,87

Зав. производством _____



РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

125-00 руб

Неделя 2 день: 4

_____ " _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Полдник					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (Морковь очищенная, Капуста б/к свежая, Лимонная кислота, Лук репчатый, Масло растительное, Сахарный песок, Соль)	50	1,33	5,08	5,17	71,42
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ИНДЕЙКИ (П/Ф КОТЛЕТЫ ИЗ ИНДЕЙКИ, Масло растительное)	50	5,9	5,5	7,5	121,1
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ (Томат - паста, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	100	3,89	5,7	16,52	132,93
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ (Яблоко свежее, Мандарины свежие, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)	180	0,03	0,09	22,86	93,15
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Полдник	400	12,52	16,54	61,08	461,7
Итого за день	400	12,52	16,54	61,08	461,7

Зав. производством _____



РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

125-00 руб

Неделя 2 день: 5

_____ " _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Полдник					
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	30	0,25	0,05	0,75	4,25
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ "БОЛОНЬЕЗЕ" (Томат - паста, Морковь очищенная, Вода питьевая, Говядина, Лук репчатый, Макароны, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Соль)	150	8,7	11,25	19,2	212,85
КОМПОТ ИЗ КЛЮКВЫ (Вода питьевая, Клюква протёртая с сахаром)	180	0,09		6,84	27,72
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Полдник	380	10,41	11,47	35,82	287,92
Итого за день	380	10,41	11,47	35,82	287,92

Зав. производством _____



РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

125-00 руб

Неделя 2 день: 6

_____ " _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Полдник					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (Свекла очищенная, Масло растительное, Соль)	50	0,67	2,25	3,83	38
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (Томат - паста, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Говядина, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	150	8,1	10,35	18,38	199,05
НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ (Варенье, Вода питьевая, Лимонная кислота)	180	0,09		24,12	96,84
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Полдник	400	10,23	12,77	55,36	376,99
Итого за день	400	10,23	12,77	55,36	376,99

Зав. производством _____



РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

125-00 руб

Неделя 3 день: 1

_____ " _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Полдник					
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	30	0,25	0,05	0,75	4,25
ПЛОВ С КУРИЦЕЙ (Томат - паста, ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Рис, Соль)	150	8,72	13,69	18,84	233,44
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (Вода питьевая, Изюм, виноград суш.«Изюм», в.с., Лимонная кислота, Сахарный песок)	180	0,45	0,09	13,5	56,61
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Полдник	380	10,79	14	42,12	337,4
Итого за день	380	10,79	14	42,12	337,4

Зав. производством _____



РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

125-00 руб

Неделя 3 день: 2

_____ " _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Полдник					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (Морковь очищенная, Капуста б/к свежая, Лимонная кислота, Лук репчатый, Масло растительное, Сахарный песок, Соль)	50	1,33	5,08	5,17	71,42
ШНИЦЕЛЬ КУРИНЫЙ РУБЛЕННЫЙ (Батон, ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Вода питьевая, Масло растительное, Масло сливочное 82,5%, Соль, Сухари панировочные)	50	5,3	2,9	6,2	72,1
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ "ПО-ДОМАШНЕМУ" (Морковь очищенная, Вода питьевая, Гречневая крупа, Лук репчатый, Масло сливочное 82,5%, Соль)	100	2,4	3,07	6,93	64,93
НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ (Варенье, Вода питьевая, Лимонная кислота)	180	0,09		24,12	96,84
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Полдник	400	10,49	11,22	51,45	348,39
Итого за день	400	10,49	11,22	51,45	348,39

Зав. производством _____



РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

125-00 руб

Неделя 3 день: 3

_____ " _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Полдник					
ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ (ТК 54-3з)	30	0,35	0,05	1,15	6,4
КОТЛЕТЫ "ЗДОРОВЬЕ" (П/Ф КОТЛЕТА "ЗДОРОВЬЕ" КАПУСТА, Масло растительное)	50	6,85	5,95	11,7	127,75
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ (Морковь очищенная, Лук репчатый, Макароны, Масло растительное, Масло сливочное 82,5%, Соль)	100	1,33	5,92	10,24	99,55
КОМПОТ ИЗ КЛЮКВЫ (Вода питьевая, Клюква протёртая с сахаром)	180	0,09		6,84	27,72
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Полдник	380	9,99	12,09	38,96	304,52
Итого за день	380	9,99	12,09	38,96	304,52

Зав. производством _____



РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

125-00 руб

Неделя 3 день: 4

" _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Полдник					
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	30	0,25	0,05	0,75	4,25
ФИЛЕ ИНДЕЙКИ ТУШЕНОЕ С КАРТОФЕЛЕМ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Мясо индейки(филе), Петрушка свежая, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Соль)	150	9,69	12,34	26,14	260,06
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ (Яблоко свежее, Мандарины свежие, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)	180	0,03	0,09	22,86	93,15
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Полдник	380	11,34	12,65	58,78	400,56
Итого за день	380	11,34	12,65	58,78	400,56

Зав. производством _____



РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

125-00 руб

Неделя 3 день: 5

_____ " _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Полдник					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (Масло растительное, Помидоры свежие, Соль)	50	0,25	0,69	2,55	17,35
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С МОРКОВЬЮ (Батон, Меланж яичный, Рыба филе с/м, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное)	50	4,23	4,9	2,75	72
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ (Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Рис, Соль)	100	2,31	3,31	12,39	88,55
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (Вода питьевая, Изюм, виноград суш.«Изюм», в.с., Лимонная кислота, Сахарный песок)	180	0,45	0,09	13,5	56,61
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Полдник	400	8,61	9,16	40,22	277,61
Итого за день	400	8,61	9,16	40,22	277,61

Зав. производством _____



РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

125-00 руб

Неделя 3 день: 6

_____ " _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Полдник					
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (Капуста квашенная, Лук репчатый, Масло растительное, Сахарный песок)	50	0,75	2,5	3,83	43,33
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ (Батон, Вода питьевая, Говядина, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Соль)	50	3,22	6,9	4,05	91,17
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ (ТК54-1г) (Вода питьевая, Макароны, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	100	3,6	3,27	21,87	131,2
НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ (Варенье, Вода питьевая, Лимонная кислота)	180	0,09		24,12	96,84
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Полдник	400	9,03	12,84	62,9	405,64
Итого за день	400	9,03	12,84	62,9	405,64

Зав. производством _____



РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

125-00 руб

Неделя 4 день: 1

_____ " _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Полдник					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (Свекла очищенная, Масло растительное, Соль)	50	0,67	2,25	3,83	38
ГУЛЯШ ИЗ КУРЫ (Томат - паста, ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Соль)	50	4,65	3,56	8,6	85,04
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (Вода питьевая, Гречневая крупа, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	100	5,53	4,2	24	155,8
КОМПОТ ИЗ КЛЮКВЫ (Вода питьевая, Клюква протёртая с сахаром)	180	0,09		6,84	27,72
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Полдник	400	12,31	10,18	52,3	349,66
Итого за день	400	12,31	10,18	52,3	349,66

Зав. производством _____



РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

125-00 руб

Неделя 4 день: 2

" _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Полдник					
ОГУРЕЦ НАТУРАЛЬНЫЙ СОЛЕННЫЙ	30	0,24	0,03	0,51	3
КОТЛЕТЫ ШКОЛЬНЫЕ (П/Ф КОТЛЕТА ШКОЛЬНАЯ, Масло растительное)	50	4,28	4,72	4,39	77,17
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (Картофель очищенный, Молоко, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	100	2,13	3,47	13,2	92,93
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (Вода питьевая, Изюм, виноград суш. «Изюм», в.с., Лимонная кислота, Сахарный песок)	180	0,45	0,09	13,5	56,61
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Полдник	380	8,47	8,48	40,63	272,81
Итого за день	380	8,47	8,48	40,63	272,81

Зав. производством _____



РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

125-00 руб

Неделя 4 день: 3

_____ " _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Полдник					
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	30	0,25	0,05	0,75	4,25
НАГГЕТСЫ КУРИНЫЕ (Батон, ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Вода питьевая, Масло растительное, Соль, Сухари панировочные)	50	12,3	6,8	4,4	127
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ (ТК54-1г) (Вода питьевая, Макароны, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	100	3,6	3,27	21,87	131,2
НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ (Варенье, Вода питьевая, Лимонная кислота)	180	0,09		24,12	96,84
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Полдник	380	17,61	10,29	60,17	402,39
Итого за день	380	17,61	10,29	60,17	402,39

Зав. производством _____



РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

125-00 руб

Неделя 4 день: 4

_____ " _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Полдник					
ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ (ТК 54-3з)	30	0,35	0,05	1,15	6,4
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ (П/Ф КОТЛЕТА "ДОМАШНЯЯ", Масло растительное)	50	4,78	3,58	6,95	79,12
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ (Томат - паста, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	100	3,89	5,7	16,52	132,93
КОМПОТ ИЗ КЛЮКВЫ (Вода питьевая, Клюква протёртая с сахаром)	180	0,09		6,84	27,72
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Полдник	380	10,48	9,5	40,49	289,27
Итого за день	380	10,48	9,5	40,49	289,27

Зав. производством _____



РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

125-00 руб

Неделя 4 день: 5

" _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Полдник					
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	30	0,25	0,05	0,75	4,25
ГУЛЯШ ИЗ ИНДЕЙКИ (Томат - паста, Морковь очищенная, Мясо индейки(филе), Вода питьевая, Лук репчатый, Мука пшеничная в/с, Сахарный песок, Соль)	50	4,12	4,6	3,65	72,46
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ (ТК54-1г) (Вода питьевая, Макароны, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	100	3,6	3,27	21,87	131,2
НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ (Варенье, Вода питьевая, Лимонная кислота)	180	0,09		24,12	96,84
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Полдник	380	9,43	8,09	59,42	347,85
Итого за день	380	9,43	8,09	59,42	347,85

Зав. производством _____



РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

125-00 руб

Неделя 4 день: 6

_____ " _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Полдник					
ОГУРЕЦ НАТУРАЛЬНЫЙ СОЛЕННЫЙ	30	0,24	0,03	0,51	3
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (Томат - паста, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Говядина, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	150	8,1	10,35	18,38	199,05
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (Вода питьевая, Изюм, виноград суш. «Изюм», в.с., Лимонная кислота, Сахарный песок)	180	0,45	0,09	13,5	56,61
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Полдник	380	10,16	10,64	41,42	301,76
Итого за день	380	10,16	10,64	41,42	301,76

Зав. производством _____