

УТВЕРЖДАЮ:
директор
ООО «Торговый дом Ядрин»
А.Н. Матвеев
Дата 23.10.2023

МЕНЮ

На 23.10.2023 года

1 день

Завтрак	Цена	Выход	Пищевая ценность				Энергетическая ценность	Номер рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Наименование блюда Завтрак с 7-11 лет								
Масло порциями	6-36	10	0,05	8.25	0,08	75	96*	
Каша молоч. пшеничная с маслом	9-85	180/5	18,44	9,14	21,03	262	302*	
Чай с лимоном	4-77	200	0,26	0,06	15,22	59	686*	
Хлеб пшеничный	2-69	40	3,04	0,34	19,44	96		
Яблоки	11-40	100	0.4	0.4	9.8	45	338*	
Итого:	35-07		22.19	18.19	65.57	537		
Завтрак С 12-18лет								
Масло порциями	9-54	15	0.08	12.37	0.08	112	96*	
Каша молоч. пшеничная с маслом	10-63	200\5	20.49	10.15	23.26	273	302*	
Чай с лимоном	4-77	200	0.26	0.06	15.22	59	686*	
Хлеб пшеничный	3-36	50	3.04	0.34	19.44	96		
Яблоки	11-40	100	0.4	0.4	9.8	45	338*	
Итого	39-70		24.27	23.32	67.8	585		
Обед С 7 - 11 лет								
Салат морковный с изюмом	5-45	60	0,75	0.08	13.35	57	66*	
Суп картофельный с горохом	3-95	200	4,71	3,73	15,96	118	139*	
Птица (филе) туш в смет.соусе	45-29	50/50	14,28	19,35	7,27	220	493*	
Макароны отварные	7-19	150	5,32	4,89	35,52	211	516*	
Чай с сахаром	2-76	200	0,20	0,05	15,01	57	685*	
Хлеб ржаной	3-36	60	2,82	0,60	0,60	126		
Итого:	68-00		27,81	28,74	77,48	744		
Обед 12-18 лет								
Салат морковный с изюмом	7-05	100	1.25	0.13	22.27	95	66*	
Суп картофельный с горохом	3-72	250	5.89	4.65	19.98	147	139*	
Птица(филе) туш в смет, соусе	45-29	50\50	14.28	19.35	7.27	220	493*	
Макароны отварные	7-82	180	6.38	5.87	42.62	253	516*	
Чай с сахаром	2-76	200	0.20	0.05	15.01	57	685*	
Хлеб ржаной	3-36	60	2.82	0.60	0.60	126		
Итого:	70-00		30.82	30.65	107.75	898		

Повар

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ:

директор

ООО «Торговый дом Ядрин»

А.Н. Матвеев

Дата 23.10.2023

МЕНЮ

На 24.10.2023 года

2 день

Завтрак	Цена	Выход	Пищевая ценность				Номер рецептуры
			Белки	Жиры	Угле- воды	Энергети- ческая ценность	
Наименование блюда С 7-11 лет							
Сыр порциями	6-41	10	2,30	3,90	0,00	36	97*
Каша молочная овсяная с маслом	9-83	180/5	17,63	12,96	23,61	267	302*
Чай с фруктовым соком	6-06	200	0,34	0,02	24,53	95	■уд**
Хлеб пшеничный	2-69	40	3,04	0,34	19,44	96	
Итого:	24-99		23,31	17,22	67,58	494	
Завтрак 12-18 лет							
Сыр порциями	12-06	20	4,60	5,80	0,00	72	97
Каша молочная овсяная с маслом	13-61	200\5	7,40	13,95	31,96	284	302
Чай с фруктовым соком	6-06	200	0,34	0,02	24,53	95	79
Хлеб пшеничный	3-36	50	3,80	0,40	24,30	119	
Итого:	35-09		16,14	20,17	80,79	570	
Обед С 7-11 лет							
Помидоры свежие порциями	10-91	60	0,48	0,12	3,12	12	19*
Борщ из свежей капусты и картофеля со сметаной	8-72	200/5	1,47	4,67	7,31	89	110*
Тефтели рубленые с соусом	30-84	90(60/30)	8,56	14,11	9,07	197	462*
Каша гречневая рассыпчатая	8-07	150	8,76	6,62	43,08	271	508*
Компот из смеси сухофруктов	6-10	200	0,44	0,00	28,88	116	639*
Хлеб ржаной	3-36	60	2,82	0,60	0,60	126	
Итого:	68-00		22,53	26,12	92,06	811	
Обед 12-18							
Помидоры свежие порциями	12-13	100	1,06	10,13	4,52	114	19*
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	8-95	250\5	1,80	6,20	9,00	107	110*
Тефтели рубленые с соусом	31-25	100(60\40)	8,87	14,59	11,09	211	462*
Каша гречневая рассыпчатая	8-21	180	10,51	7,94	51,70	325	508
Компот из смеси сухофруктов	6-10	200	0,44	0,00	28,88	116	639
Хлеб ржаной	3-36	60	2,82	0,60	0,60	126	
Итого:	70-00		25,50	39,46	105,79	999	

Повар

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ:
 директор
 ООО «Торговый дом Ядрин»
 А.Н. Матвеев
 Дата 23.10.2023

МЕНЮ

На 25.10.2023 года

3 день

Завтрак 7-11 лет	Цена	Выход	Пищевая ценность				Номер рецептуры
			Белки	Жиры	Угле- воды	Энергети- ческая ценность	
Наименование блюда							
Бутерброд с повидлом	6-49	40	1,20	4,30	22,00	132	2*
Каша молот, рисовая с маслом	11-26	180/5	22,08	15,42	26,55	244	302*
Кофейный напиток с молоком	9-86	200	2,50	3,60	28,70	152	692*
Хлеб пшеничный	2-69	40	3,04	0,34	19,44	96	
Яблоки	11-40	100	0.4	0.4	9.8	45	338*
Итого:	41-70		29.22	24.06	106.49	669	
Завтрак 12-18 лет							
Бутерброд с повидлом	6-49	40	1.20	4.30	22.00	132	2
Каша молоч.рисовая с маслом	13-90	200\5	6.37	10.68	32.15	256	302
Кофейный напиток с молоком	9-86	200	2.50	3.60	28.70	152	692
Хлеб пшеничный	3-36	50	3.80	0.40	24.30	119	
Яблоки	11-40	100	0.4	0.4	9.8	45	338*
Итого	45-01		14.27	19.38	116.95	704	
Обед С 7-11 лет							
Салат из свеклы	5-74	60	0,76	9,04	4,59	103	88**
Щи из св капусты с картофелем со сметаной	8-71	200/5	1,46	4,75	6,22	79	124*
Котлеты рыбные с соусом	32-68	90(50/40)	7,53	6,66	11,49	163	388*
Пюре картофельное	11-56	150	3,22	5,56	22,00	155	520*
Напиток лимонный	5-95	200	0,14	0,02	24,43	96	699*
Хлеб ржаной	3-36	60	2,82	0,60	0,60	126	
Итого:	68-00		15,93	26,63	69,33	722	
Обед 12-18 лет							
Салат из свеклы	5-91	100	1.27	15.06	7.65	171	88
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	8-92	250\5	1.80	5.57	7.77	93	124
Котлеты рыбные с соусом	33-45	100(50\50)	9.38	9.12	12.27	171	388
Пюре картофельное	12-41	180	3.87	6.68	26.41	197	520
Напиток лимонный	5-95	200	0.14	0.02	24.43	96	699
Хлеб ржаной	3-36	60	2.82	0.60	0.60	126	
Итого	70-00		19.28	37.05	79.13	854	

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ:
 директор
 ООО «Торговый дом Ядрин»
 А.Н. Матвеев
 Дата 23.10.2023

МЕНЮ

на 26.10.2023 год.

4 день

Завтрак 7-11 лет	Цена	Выход	Пищевая ценность				Номер рецептуры
			Белки	Жиры	Угле- воды	Энергети- ческая ценность	
Наименование блюда							
Яйцо отварное	10-80	1 шт	5.10	4.60	0.30	63	337*
Каша молоч. гречневая с маслом	11-42	180/5	7,00	9,20	27,00	224	302*
Чай с молоком	6-74	200	1,60	1,65	17,36	86	297**
Хлеб пшеничный	2-69	40	3,04	0,34	19,44	96	
Итого:	31-65		16.74	15.79	64.10	382	
Завтрак 12-18							
Яйцо отварное	10-80	1 шт	5.10	4.60	0.30	63	337*
Каша молоч. гречневая с маслом	16-37	200\5	7.73	9.65	30.00	248	302*
Чай с молоком	6-74	200	1.60	1.65	17.36	86	297*
Хлеб пшеничный	3-36	50	3.80	0.40	24.30	119	
Итого	37-27		13.21	24.07	71.74	565	
Обед С7-11 лет							
Огурцы свежие порциями	6-70	60	0.48	0.12	3.12	12	
Суп картоф.с макарон, издел.	3-29	200	2,26	4,30	16,68	117	140*
Котлеты руб.из филе птицы с соусом	32-04	90(50/40)	11,01	8,05	11,64	165	498*
Рис отварной	10-51	150	3,81	6,11	38,61	228	511*
Компот из кураги	12-10	200	1,04	0,00	30,96	123	638*
Хлеб ржаной	3-36	60	2,82	0,60	0,60	126	
Итого:	68-00		21,42	19,18	101,61	771	
Обед 12-18							
Огурцы свежие порциями	7-49	100	0.80	0.20	5.21	20	
Суп картоф. с макарон.издел.	4-09	250	2.84	5.37	20.84	146	140
Котлеты руб. из филе с соусом	32-04	100(50\50)	11.18	8.50	12.42	173	498
Рис отварной	10-92	180	4.58	7.33	46.33	275	511
Компот из кураги	12-10	200	1.04	0.00	30.96	123	638
Хлеб ржаной	3-36	60	2.82	0.60	0.60	126	
итого	70-00		23.26	22.00	116.36	863	

Повар

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ:
 директор
 ООО «Торговый дом Ядрин»
 А.Н. Матвеев
 Дата 23.10.2023

Меню на 27.10.2023 года

Завтрак 7-11 лет	Цена	Выход	Пищевая ценность				Номер рецептуры
			Белки	Жиры	Угле- воды	Энергети- ческая ценность	
Наименование блюда							
Сыр порциями	6-41	10	2,30	3,90	0,00	36	97*
Каша молоч. пшеничная с маслом	10-38	180/5	17,63	12,96	23,61	267	302*
Чай с фруктовым соком	6-06	200	0,34	0,02	24,53	95	79**
Хлеб пшеничный	2-69	40	3,04	0,34	19,44	96	
Фрукты	11-40	100	0,4	0,4	9,8	45	338*
Итого:	36-94		23,71	17,62	77,38	539	
Завтрак 12-18 лет							
Сыр порциями	10-68	20	4.60	5.80	0.00	72	97
Каша молоч.пшеничная с маслом	11-21	200\5	19.59	14.40	26.24	288	302
Чай с фруктовым соком	6-06	200	0.34	0.02	24.53	95	79
Хлеб пшеничный	3-36	50	3.80	0.40	24.30	119	
Фрукты	11-40	100	0.4	0.4	9.8	45	338*
Итого	42-71		28.33	20.62	75.07	574	
Обед С 7-11 лет							
Салат из квашенной капусты	8-43	60	0,96	3,04	5,00	52	45*
Рассольник ленинградский со сметаной	6-98	200/5	1,88	5,10	13,92	113	132*
Кнели с рисом с соусом	31-48	90(50/40)	12,35	4,47	6,70	118	218**
Макаронны отварные	6-55	150	5,32	4,89	35,52	211	516*
Компот из чернослива	11-20	200	0,57	0,00	34,41	136	638*
Хлеб ржаной	3-36	60	2,82	0,60	0,60	126	
Итого:	68-00		23,90	18,10	96,15	756	
Обед 12-18 лет							
Салат из квашенной капусты	8-34	100	1.60	5.07	8.33	87	45
Рассольник ленинградский со сметаной	8-43	250\5	2.31	6.60	17.36	135	132
Кнели с рисом с соусом	31-48	100(50\5 0)	12.52	4.92	7.48	126	218
Макаронны отварные	7-19	180	6.38	5.87	42.62	253	516
Компот из чернослива	11-20	200	0.57	0.00	34.41	136	638
Хлеб ржаной	3-36	60	2.82	0.60	0.60	126	
Итого	70-00		26.20	23.06	110.80	863	

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ:
директор
ООО «Торговый дом Ядрин»
А.Н. Матвеев
Дата 23.10.2023

МЕНЮ

на 28.10.2023 года.

6 день

Завтрак 7-11 лет	Цена	Выход	Пищевая ценность				Номер рецептуры
			Белки	Жиры	Угле-воды	Энергети-ческая ценность	
Наименование блюда							
Завтрак 12-18 лет							
Масло порциями	11-54	15	0.08	12.37	0.08	112	96*
Каша молочная манная с маслом	10-52	200\5	19.62	22.44	22.65	262	302
Какао с молоком	11-52	200	3.04	3.39	27.91	149	693
Хлеб пшеничный	3-36	50	3.80	0.40	24.30	119	
Итого	36-94		31.56	30.83	75.16	593	
Обед 12-18 лет							
Винегрет овощной	9-58	100	1.37	10.14	7.55	126	71
Суп крестьянский с крупой	4-17	250	2.99	4.97	11.52	121	134
Биточки рубленые с соусом	23-69	100(60\40)	10.96	29.00	13.12	201	413
Капуста тушеная	20-35	180	4.32	5.42	18.30	138	534
Компот из св.плодов	8-85	200	0.16	0.16	27.87	109	631
Хлеб ржаной	3-36	60	2.82	0.60	0.60	126	
Итого	70-00		22.62	50.29	78.96	821	

Повар _____