



«Утверждаю»
Директор

Ирина Юрьевна Рудомова

« 09 » *сентября* 2023 года



«Утверждаю»
Директор ООО «Успех»

Н. В. Фролова

« 09 » *сентября* 2023 года

Меню приготовляемых блюд с 7 лет до 11 лет

«Утверждаю»
 Директор ООО «Успех»
 [Подпись] 2023 года

«Утверждаю»
 Директор ООО «Успех»
 Н.В. Фролова
 [Подпись] 2023 года

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур
		Б	Ж	У		
день 1						
Завтрак						
Сырники с соусом (в ассортименте)	200	13,42	14,00	45,00	359,88	219/326,334
Яблоко	100	1,4	0,3	16,0	72,3	пр
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	9,1	36,0	376
Кондитерское изделие	30	1,7	2,0	10,5	63,0	пр
Итого завтрак:	530	17	16	81	531	
Обед						
Овощи натуральные сезонные	60	0,0	0,0	1,8	6,0	70,71
Суп-лапша на курином бульоне	200	2,10	4,40	22,00	136,00	113
Жаркое по- домашнему с мясом	240	22,7	22,7	20,3	380,5	259
Компот из сухофруктов	200	0,3	0,1	23,7	96,0	349
Хлеб ржаной	20	1,0	0,0	9,2	42,3	574
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,0	9,7	46,2	573
Яблоко	100	1,4	0,3	16,0	72,3	пр
Итого обед:	840	29,0	27,5	102,6	779,3	
Итого за день		45,6	43,9	183,2	1310,5	

«Утверждаю»
 Директор ООО «Успех»
 [Подпись]
 « 29 » 2023 года

«Утверждаю»
 Директор ООО «Успех»
 Н. В. Фролова
 [Подпись]
 « 29 » 2023 года

день2						
Завтрак						
Макароны отварные	150	5,4	5,6	33,0	204,0	202
Фрикадельки мясные "деревенские" в соусе красном	110	7,08	9,08	7,10	138,70	280/422
Хлеб пшеничный	40	2,0	0,0	19,4	92,4	573
Яблоко	100	1,4	0,3	16,0	72,3	пр
Чай с сахаром лимоном	200	0,2	0,0	9,0	38,0	377
Итого завтрак:	600	16	15	84	545	
Обед						
Икра овощная	60	1,2	4,3	6,3	68,7	75,74
Суп гороховый на м/к бульоне	200	8,3	10,6	8,9	140,0	102
Пельмени отварные с молочным соусом	200	11,4	12,0	40,0	313,1	391/327
Компот из свежемороженых ягод	200	0,17	0,04	25,0	98,5	491
Хлеб ржаной	20	1,0	0,0	9,2	42,3	574
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,0	9,7	46,2	573
Кондитерское изделие	30	1,7	2,0	10,5	63,0	пр
Итого обед:	730	25,3	28,9	109,6	771,8	
Итого за день		41,3	44,0	194,0	1317,2	

«Утверждаю»
 Директор ООО «Успех»
 И. В. Фролова
 « 19 » апреля 2023 года

«Утверждаю»
 Директор ООО «Успех»
 И. В. Фролова
 « 19 » апреля 2023 года

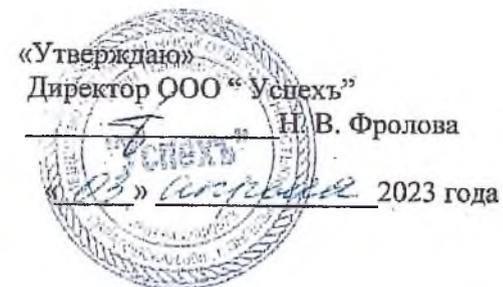
день 3

Завтрак

Запеканка рисовая с творогом с молочным соусом	250	13,5	11,5	40,5	319,5	282/327
Масло сливочное шоколадное порциями	10	0,1	7,3	0,1	65,8	14
Батон	40	1,0	0,2	20,0	84,0	576
Чай фруктовый с сахаром	200	0,2	0,0	9,1	36,0	376
Яблоко	100	1,4	0,3	16,0	72,3	пр
Итого завтрак:	600	16	19	86	578	

Обед

Икра кабачковая	60	2,7	2,7	7,0	63,2	73; 73.1
Суп с клецками на м/к бульоне	200	7,75	6,50	12,75	141,30	108
Картофельное пюре/ картофель с молоком	150	5,4	9,2	26,4	210,0	127/128
Котлета мясная по "домашнему" с соусом красным	110	9,2	7,7	12	170	271/422
Компот из сухих яблок	200	0,3	0,1	23,7	96,0	349
Хлеб ржаной	20	1,0	0,0	9,2	42,3	574
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,0	9,7	46,2	573
Кондитерское изделие	30	1,7	2,0	10,5	63,0	пр
Итого обед:	860	29,6	28,2	111,2	832,0	
Итого за день		45,7	47,6	196,9	1409,6	



день 4

день 4						
Завтрак						
Блины с (соусом в ассортименте)	130/40	13,1	14,0	36,5	330,0	397/326,334
Яблоко	130	2,1	0,5	24,0	108,5	пр
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	9,1	36,0	376
Кондитерское изделие	30	1,7	2,0	10,5	63,0	пр
Итого завтрак:	530	17	17	80	538	
Обед						
Овощи натуральные сезонные	60	0,0	0,0	1,2	4,8	70,71
Борщ с капустой, картофелем на м/к бульоне	200	8,5	9,5	4,3	131,0	82
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,9	5,3	43,5	249,3	171
Фрикадельки мясные "деревенские" в соусе красном	110	8,08	9,08	7,10	145,00	280/422
Кисель	200	0,27	0,10	25,6	108,2	484
Хлеб ржаной	20	1,0	0,0	9,2	42,3	574
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,0	9,7	46,2	573
Булочка с помадкой	50	6,3	6,3	30,8	205,1	294
Итого обед:	810	32,6	30,3	131,3	931,9	
Итого за день		49,6	46,8	211,4	1469,4	



день 5						
Завтрак						
Каша молочная Дружба	200	11,8	15,1	41,7	347,0	175
Яблоко	100	1,4	0,3	16,0	72,3	пр
Чай с сахаром лимоном	200	0,2	0,0	9,0	38,0	377
Кондитерское изделие	30	1,7	2,0	10,5	63,0	пр
Итого завтрак:	530	15,1	17,4	77,2	520,3	
Обед						
Салат из капусты (сезонный)	60	0,7	1,2	2,8	29,0	45,46,47
Рассольник Ленинградский на м/к бульоне со сметаной	200	6,20	8,70	18,37	180,00	96
Картофель тушеный	150	6,80	1,40	23,00	162,00	172
Тефтели " мясные" с соусом красным	110	9,2	7,7	10,1	132,5	279/422
Компот из сухофруктов	200	0,3	0,1	23,7	96,0	349
Хлеб ржаной	20	1,0	0,0	9,2	42,3	574
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,0	9,7	46,2	573
Яблоко	100	1,4	0,3	16,0	72,3	пр
Итого обед:	860	27,1	19,5	112,8	760,3	
Итого за день		42,1	36,9	190,0	1280,6	



день 6						
Завтрак						
Омлет натуральный	150	10,3	12,1	8,0	185,0	212
Фрикадельки мясные "деревенские"	60	7,08	9,08	7,10	138,70	280
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,0	9,7	46,2	573
Яблоко	100	1,4	0,3	16,0	72,3	пр
Чай фруктовый с сахаром	200	0,2	0,0	9,1	36,0	376
Кондитерское изделие	30	1,7	2,0	10,5	63,0	пр
Итого завтрак:	520	20,4	21,6	49,9	478,2	
Обед						
Овощи натуральные сезонные	60	0,0	0,0	1,2	4,8	70,71
Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне со сметаной	200	6,6	8,5	31,5	224,9	88
Манты с (соусом в ассортименте)	200	16,6	16,6	24,3	317,0	392
Компот из свежемороженых ягод	200	0,17	0,04	24,1	98,5	491
Хлеб ржаной	20	1,0	0,0	9,2	42,3	574
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,0	9,7	46,2	573
Кондитерское изделие	30	1,7	2,0	10,5	63,0	пр
Итого обед:	730	27,6	27,1	110,5	796,7	
Итого за день		48,0	48,7	160,3	1274,9	

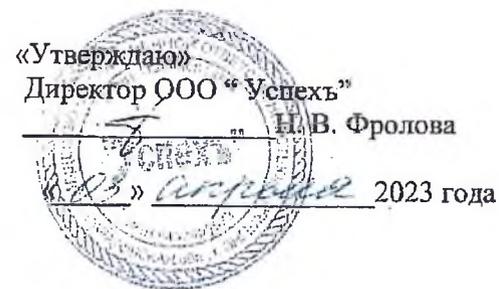
«Утверждаю»
 Директор ООО «Успех»
 И. В. Фролова
 2023 года

«Утверждаю»
 Директор ООО «Успех»
 И. В. Фролова
 2023 года

день 7						
Завтрак						
Сырники с соусом (в ассортименте)	200	13,32	14,00	45,00	359,88	219/326,334
Яблоко	100	1,4	0,3	16,0	72,3	пр
Чай с сахаром лимоном	200	0,2	0,0	9,0	38,0	377
Батон	40	1,0	0,2	20,0	84,0	576
Масло сливочное порциями	10	0,1	7,3	0,1	65,8	14
Итого завтрак:	550	16,0	21,8	90,1	620,0	
Обед						
Овощи натуральные сезонные	60	0,0	0,0	1,8	6,0	70,71
Суп с макаронными изделиями на м/к бульоне	200	4,10	5,40	21,00	145,00	112
Жаркое по- домашнему с мясом	240	18,6	18,5	35,0	380,5	259
Компот из сухофруктов	200	0,3	0,1	23,7	96,0	349
Хлеб ржаной	20	1,0	0,0	9,2	42,3	574
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,0	9,7	46,2	573
Кондитерское изделие	30	1,7	2,0	10,5	63,0	пр
Итого обед:	770	27,2	26,0	110,9	779,0	
Итого за день		43,2	47,8	201,0	1399,0	



день 8						
Завтрак						
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,9	5,3	40,0	249,3	171
Котлета куриная с соусом красным	110	7,5	8,5	3,5	120,5	295/422
Батон	40	1,0	0,2	20,0	84,0	576
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	9,1	36,0	376
Масло сливочное шоколадное порциями	10	0,1	7,3	0,1	65,8	14
Итого завтрак:	510	15,7	21,3	72,8	555,6	
Обед						
Икра кабачковая	60	2,7	2,7	6,0	53,2	73; 73.1
Суп гороховый на м/к бульоне	200	8,3	10,6	8,9	140,0	102
Макароны отварные	150	5,4	5,6	33,0	204,0	202
Котлета мясная по "домашнему" с соусом красным	110	9,2	7,7	12	170	271/422
Напиток из сушеных фруктов	200	0,70	0,30	18,00	60,00	388
Хлеб ржаной	20	1,0	0,0	9,2	42,3	574
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,0	9,7	46,2	573
Яблоко	100	1,4	0,3	16,0	72,3	пр
Итого обед:	860	30,2	27,3	112,7	788,0	
Итого за день		45,8	48,6	185,5	1343,6	



день 9						
Завтрак						
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200	12,20	6,30	32,32	234,8	173
Батон с маслом шоколадным	30	1,1	8,3	6,5	105,1	576/14
Яблоко	100	1,4	0,3	16,0	72,3	пр
Чай фруктовый с сахаром	200	0,3	0,1	12,3	49,7	377
Кондитерское изделие	30	1,7	2,0	10,5	63,0	пр
Итого завтрак:	560	16,6	17,0	77,5	524,9	
Обед						
Икра овощная	60	1,2	4,3	5,3	58,7	75,74
Суп картофельный с рыбой	200	5,2	4,7	20,3	131,9	122
Пюре гороховое	150	7,3	6,3	21,8	173,1	199
Тефтели " мясные" с соусом красным	110	9,2	7,7	10,1	132,5	279/422
Кисель	200	0,27	0,10	25,6	108,2	484
Хлеб ржаной	20	1,0	0,0	9,2	42,3	574
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,0	9,7	46,2	573
Булочка с помадкой	50	6,3	6,3	30,8	205,1	294
Итого обед:	810	31,97	29,44	132,68	897,98	
Итого за день		48,6	46,4	210,2	1422,9	

«Утверждаю»
 Директор ООО «Успех»
 И. В. Фролова
 2023 года

«Утверждаю»
 Директор ООО «Успех»
 И. В. Фролова
 2023 года

день10						
Завтрак						
Блины с (соусом в ассортименте)	130/40	13,1	14,0	36,5	330,0	397/326,334
Яблоко	130	2,1	0,5	24,0	108,5	пр
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	9,1	36,0	376
Кондитерское изделие	30	1,7	2,0	10,5	63,0	пр
Итого завтрак:	530	17,1	16,5	80,1	537,5	
Обед						
Салат из капусты (сезонный)	60	0,7	1,2	2,8	29,0	45,46,47
Свекольник	200	6,1	5,0	14,1	125,0	98
Плов с мясом	240	15,80	17,70	40,50	365,9	265
Компот из сухофруктов	200,0	0,3	0,1	23,7	96,0	349
Хлеб ржаной	20	1,0	0,0	9,2	42,3	574
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,0	9,7	46,2	573
Кондитерское изделие	30	1,7	2,0	10,5	63,0	пр
Итого обед:	770	27,1	26,0	110,5	767,4	
Итого за день		44,2	42,6	190,6	1304,9	