УТВЕРЖДАЮ
Директор МОУ "ВГЛ"
Захарова С.М.
_____ 2025г.

М Е Н Ю

группа Завтраки платные 5- 11 кл

| Наименование блюд | Выход | К/кал | Белки | Жиры | Углеводы | Цена блюда |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **03.03.2025г.** | | | | | | |
| Тефтели мясн.с рис. В том. Соусе паров | 75.00/45.00 | 179,80 | 8,00 | 10,50 | 10,00 | 24,39 |
| Каша гречневая | 180.00 | 155,70 | 5,40 | 8,10 | 26,80 | 6,85 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200.00 | 81,00 | 0,50 | 0,00 | 19,80 | 3,44 |
| Хлеб пшеничный | 60.00 | 140,00 | 4,60 | 0,40 | 31,40 | 5,02 |
| ИТОГО : | | 556,50 | 18,50 | 19,00 | 88,00 | 39,70 |
| **04.03.2025г.** | | | | | | |
| Каша пшеничная мол.с масл. | 190.00/10.00 | 227,30 | 5,50 | 9,75 | 32,00 | 18,84 |
| Какао с молоком | 200.00 | 100,40 | 4,60 | 3,60 | 12,60 | 10,96 |
| Батон нарезной | 60.00 | 150,00 | 4,40 | 1,80 | 30,80 | 6,28 |
| Яблоко | 220.00 | 58,63 | 0,88 | 0,00 | 20,86 | 28,60 |
| ИТОГО | | 536,33 | 15,38 | 15,15 | 96,26 | 64,68 |
| **05.03.2025г.** | | | | | | |
| Сыр порционный | 15.00 | 53,80 | 3,50 | 4,40 | 4,80 | 11,52 |
| Биточки рубл.из птицы. паров. | 100.00 | 126,40 | 14,70 | 10,90 | 8,10 | 29,91 |
| Макаронные изд.отварные с маслом | 180.00 | 236,00 | 6,30 | 9,88 | 42,30 | 9,54 |
| Компот из ягод суш. (изюм) | 200.00 | 75,80 | 0,40 | 0,10 | 18,40 | 4,90 |
| Хлеб ржаной | 60.00 | 102,40 | 2,80 | 0,40 | 30,00 | 4,08 |
| Итого' | | 594,40 | 27,70 | 25,68 | 103,60 | 59,95 |
| **06.03.2025г.** | | | | | | |
| Каша "Дружба " мол.с маслом | 190.00/10.00 | 159,80 | 4,00 | 8,10 | 28,50 | 19,56 |
| Чай с сахаром и лимоном | 200.00 | 27,90 | 0,30 | 0,00 | 6,70 | 2,81 |
| Хлеб пшеничный | 60.00 | 140,00 | 4,60 | 0,40 | 31,40 | 5,02 |
| Вафли | 35.00 | 180,00 | 2,28 | 9,80 | 12,95 | 8,75 |
| Яблоко | 220.00 | 58,63 | 0,88 | 0,00 | 20,86 | 28,60 |
| ИТОГО | | 566,33 | 12,06 | 18,30 | 100,41 | 64,74 |
| **07.03.2025г.** | | | | | | |
| Гуляш сб.рец.1996г. | 75.00/45.00 | 161,10 | 16,00 | 18,00 | 5,00 | 42,27 |
| Рис отварной | 180.00 | 274,00 | 4,50 | 7,40 | 32,30 | 13,84 |
| Какао с молоком | 200.00 | 100,40 | 4,60 | 3,60 | 12,60 | 10,96 |
| Хлеб ржаной | 60.00 | 102,40 | 2,80 | 0,40 | 30,00 | 4,08 |
| **ИТОГО:** | | 637,90 | 27,90 | 29,40 | 79,90 | 71,15 |
| **10.03.2025г.** | | | | | | |
| Тефтели мясн.с рис. В том. Соусе паров | 75.00/45.00 | 179,80 | 8,00 | 10,50 | 10,00 | 24,39 |
| Макаронные изд.отварные с маслом | 180.00 | 236,00 | 7,30 | 9,88 | 42,30 | 9,54 |
| Чай с сахаром | 200.00 | 26,80 | 0,20 | 0,00 | 6,50 | 1,45 |
| Хлеб ржаной | 60.00 | 102,40 | 2,80 | 0,40 | 30,00 | 4,08 |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| ИТОГО : | | 545,00 | 18,30 | 20,78 | 88,80 | 39,46 |

| **11.03.2025г.** | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Сыр порционный | 15.00 | 53,80 | 3,50 | 4,40 | 4,80 | 11,52 |
| Каша пшенная мол. с маслом | 190.00/10.00 | 230,00 | 5,00 | 9,60 | 31,00 | 18,61 |
| Компот из яблок с лимоном | 200.00 | 46,70 | 0,30 | 0,20 | 11,10 | 9,89 |
| Хлеб пшеничный | 60.00 | 140,00 | 4,60 | 0,40 | 31,40 | 5,02 |
| Яблоко | 220.00 | 58,63 | 0,88 | 0,00 | 20,86 | 28,60 |
| ИТОГО. | | 529,13 | 14,28 | 14,60 | 99,16 | 73,64 |

| **12.03.2025г.** | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Плов из птицы | 60.00/140.00 | 301,80 | 12,10 | 18,40 | 26,70 | 31,46 |
| Компот из ягод суш. (изюм) | 200.00 | 75,80 | 0,40 | 0,10 | 18,40 | 4,90 |
| Хлеб ржаной | 60.00 | 102,40 | 2,80 | 0,40 | 30,00 | 4,08 |
| Яблоко | 220.00 | 58,63 | 0,88 | 0,00 | 20,86 | 28,60 |
| ИТОГО: | | 538,63 | 16,18 | 18,90 | 95,96 | 69,04 |

| **13.03.2025г.** | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Печень по-строгановски | 65.00/35.00 | 189,20 | 13,60 | 13,60 | 3,90 | 37,59 |
| Рис отварной | 180.00 | 274,00 | 4,50 | 7,40 | 32,30 | 13,84 |
| Чай с сахаром и лимоном | 200.00 | 27,90 | 0,30 | 0,00 | 6,70 | 2,81 |
| Хлеб ржаной | 70.00 | 119,46 | 3,26 | 0,46 | 35,00 | 4,76 |
| ИТОГО: | | 610,56 | 21,66 | 21,46 | 77,90 | 59,00 |

| **14.03.2025г.** | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Рыба туш.в том.с овощами(пикша) | 75.00/25.00 | 103,00 | 10,60 | 8,10 | 5,60 | 52,48 |
| Картофельное пюре | 180.00 | 167,00 | 3,80 | 8,10 | 26,30 | 21,17 |
| Компот из кураги | 200.00 | 66,90 | 1,00 | 0,10 | 15,70 | 6,34 |
| Хлеб пшеничный | 70.00 | 163,33 | 5,36 | 0,46 | 36,63 | 5,86 |
| Печенье | 40.00 | 156,8 | 2,64 | 3,36 | 28,96 | 6,00 |
| ИТОГО: | | 657,03 | 23,40 | 20,12 | 113,19 | 91,85 |

Всего с наценкой 20% 760,00 руб.

Зав.производством

Ведущий специалист УМО: Майорова И.Р.