|  |  |
| --- | --- |
| **ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ****Воспитанники с 12-18 лет** |  |
| **ККАЛ****2720,00** |
| **1 день** |
| **№****ТК** | **Блюдо** | **Выход** |
| **Завтрак** |
| 35 | Каша манная молочная жидкая  | 200 | 216,00 |
| 84 | Какао с молоком | 200 | 95,00 |
| 65/51 | Бутерброд с маслом и сыром  | 45/14/21 | 264,96 |
| **Обед** |  |
| 5 | Маринад овощной | 120 | 98,40 |
| 61 | Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом птицы | 235/15 | 159,00 |
| 36 | Капуста, тушенная с мясом | 295 | 301,00 |
| 25 | Компот из сухофруктов  | 200 | 92,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный, ржаной | 60/80 | 288,16 |
|  **Полдник** |  |
| ГП | Печенье  | 26 | 108,42 |
| ГП | Сок  | 200 | 104,00 |
| **Ужин** |  |
| ГП | Мандарин  | 100 | 48,15 |
| 47 | Азу  | 280 | 324,00 |
| 16 | Чай с сахаром | 200 | 39,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный, ржаной | 65/40 | 218,84 |
| ПАУЖИН-49 | Молоко 3,2% жирности | 200 | 120,00 |
| 2671,79 |
| **Воспитанники с 12-18 лет** | **ККАЛ****2720,00** |
| **2** |
| **№****ТК** | **Блюдо** | **Выход** |
| **Завтрак** |
| 83 | Запеканка из творога с молоком сгущенным | 200/30 | 775,99 |
| 31 | Чай с лимоном  | 200 | 41,00 |
| 41 | Кисломолочный продукт | 180 | 106,20 |
| **Обед** |  |
| 82 | Сельдь с луком | 150 | 265,00 |
| 28 | Борщ из свежей капусты с картофелем, с мясом  | 235/15 | 107,00 |
| 72 | Жаркое по-домашнему | 280 | 309,60 |
| 12 | Напиток из шиповника | 200 | 92,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный, ржаной | 60/80 | 288,16 |
|  **Полдник** |  |
| 14 | Компот из свежих фруктов | 200 | 55,00 |
| 66 | Пирожок печеный из сдобного теста с овощным фаршем  | 70 | 166,80 |
| ГП | Апельсин  | 120 | 57,78 |
| **Ужин** |  |
| 52 | Салат из моркови с сыром и чесноком | 100 | 160,00 |
| 20 | Голубцы ленивые с соусом сметанным | 60/40 | 107,00 |
| 68 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 330,99 |
| 12 | Напиток из шиповника | 200 | 92,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный, ржаной | 65/40 | 218,84 |
| ПАУЖИН-49  | Молоко 3,2% жирности  | 200 | 120,00 |
| 3220,68 |
| **Воспитанники с 12-18 лет** | **ККАЛ****2720,00** |
| **3** |
| **№****ТК** | **Блюдо** | **Выход** |
| **Завтрак** |
| 17 | Омлет натуральный | 200 | 223,00 |
| 11 | Зеленый горошек  | 100 | 40,00 |
| 65/51 | Бутерброд с маслом и сыром | 45/14/21 | 264,96 |
| 84 | Какао с молоком | 200 | 95,00 |
| **Обед** |  |
| 3 | Салат мясной  | 100 | 134,00 |
| 63 | Суп «Харчо» со сметаной с мясом | 235/15 | 139,00 |
| 73 | Бифштекс рубленый | 120 | 231,00 |
| 85 | Соус сметанный с томатом и луком | 20 | 34,00 |
| 76 | Макаронные изделия отварные с овощами | 220 | 214,40 |
| ГП | Сок  | 200 | 104,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный, ржаной | 60/80 | 288,16 |
|  **Полдник** |  |
| 49 | Молоко3,2% жирности  | 180 | 108,00 |
| ГП | Сушки  | 50 | 144,50 |
| ГП | Мандарин  | 120 | 57,78 |
|  **Ужин** |  |
| 9 | Поджарка из рыбы | 120 | 122,40 |
| 10 | Картофель отварной/помидоры консервированные  | 100/80 | 105,40 |
| 45 | Чай с молоком  | 200 | 69,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный, ржаной | 65/40 | 218,84 |
| ПАУЖИН-49 | Молоко3,2% жирности  | 200 | 120,00 |
| 2841,93 |
| **Воспитанники с 12-18 лет** | **ККАЛ****2720,00** |
| **4** |
| **№****ТК** | **Блюдо** | **Выход** |
| **Завтрак** |
| 26 | Каша пшенная молочная жидкая | 200 | 255,00 |
| 84 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 93,00 |
| 65/51 | Бутерброд с маслом и сыром  | 45/14/21 | 264,96 |
| 41 | Кисломолочный продукт | 180 | 106,20 |
| **Обед** |  |
| 74 | Винегрет овощной | 100 | 126,00 |
| 55 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, с мясом | 235/15 | 97,00 |
| 22 | Бефстроганов из отварной говядины | 100 | 242,00 |
| 78 | Рис отварной | 185 | 262,07 |
| ГП | Сок | 200 | 104,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный, ржаной | 60/80 | 288,16 |
|  **Полдник** |  |
| 16 | Чай с сахаром | 200 | 39,00 |
| ГП  | Печенье  | 40 | 166,80 |
| ГП | Банан  | 120 | 57,78 |
| **Ужин** |  |
| 33 | Котлеты рыбные  | 120 | 136,00 |
| 80 | Картофель тушеный/икра кабачковая | 100/60 | 132,44 |
| 25 | Компот из сухофруктов | 200 | 92,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный, ржаной | 65/40 | 218,84 |
| ПАУЖИН-49 | Молоко 3,2% жирности | 200 | 120,00 |
| 2822,27 |
| **Воспитанники с 12-18 лет** | **ККАЛ****2720,00** |
| **5** |
| **№****ТК** | **Блюдо** | **Выход** |
| **Завтрак** |
| 83 | Запеканка из творога с молоком сгущенным | 200/30 | 775,99 |
| 38 | Чай с шиповником | 200 | 119,00 |
| 41 | Кисломолочный продукт | 180 | 106,20 |
| **Обед** |  |
| 18 | Кукуруза с яйцом и луком  | 100 | 110,00 |
| 7 | Суп «Шахтерский» с мясом  | 235/15 | 115,00 |
| 53 | Рыба, запеченная под молочным соусом | 120 | 151,58 |
| 6 | Пюре картофельное | 200 | 186,67 |
| 43 | Кисель из яблок | 200 | 96,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный, ржаной | 60/80 | 288,16 |
|  **Полдник** |  |
| 49 | Молоко 3,2% жирности | 200 | 120,00 |
| ГП | Сушки  | 50 | 144,50 |
| ГП | Апельсин  | 120 | 57,78 |
| **Ужин** |  |
| 70 | Тефтели из говядины с рисом с соусом томатным с овощами | 120 | 220,00 |
| 27 | Капуста тушеная | 180 | 95,40 |
| ГП | Сок  | 200 | 104,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный, ржаной | 65/40 | 218,84 |
| ПАУЖИН-ГП | Мандарины  | 200 | 96,30 |
| 2974,48 |
| **Воспитанники с 12-18 лет** | **ККАЛ****2720,00** |
| **6** |
| **№****ТК** | **Блюдо** | **Выход** |
| **Завтрак** |
| 44 | Суп молочный с макаронными изделиями | 200 | 130,00 |
| 84 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 93,00 |
| 21/79 | Бутерброд с маслом, сыром  | 45/21/20 | 328,88 |
| ГП | Банан  | 130 | 62,60 |
| **Обед** |  |
| 81 | Салат «Столичный» | 100 | 137,00 |
| 40 | Суп картофельный с горохом, с мясом | 240/10 | 161,00 |
| 15 | Рагу овощное с мясом птицы | 240 | 257,00 |
| 16 | Чай с сахаром | 200 | 39,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный, ржаной | 60/80 | 288,16 |
|  **Полдник** |  |
| ГП | Сок  | 200 | 104,00 |
| ГП | Апельсин  | 230 | 110,75 |
| ГП | Печенье  | 50 | 208,50 |
|  |  |
|  **Ужин** |
| 39 | Котлеты из говядины с соусом белым основным | 80/40 | 202,00 |
| 24 | Макаронные изделия отварные | 200 | 268,00 |
| 25 | Компот из сухофруктов | 200 | 92,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный, ржаной | 65/40 | 218,84 |
| ПАУЖИН-49 | Молоко 3,2% жирности | 200 | 120,00 |
| 2838,06 |
| **Воспитанники с 12-18 лет** | **ККАЛ****2720,00** |
| **7** |
| **№****ТК** | **Блюдо** | **Выход** |
| **Завтрак** |
| 17 | Омлет натуральный | 200 | 290,77 |
| 45 | Чай с молоком | 200 | 69,00 |
| 21/79 | Бутерброд с маслом и сыром  | 45/21/20 | 328,88 |
| ГП | Мандарины  | 100 | 48,15 |
| **Обед** |  |
| 77 | Салат из свеклы с сыром и чесноком | 100 | 140,00 |
| 67 | Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом | 235/15 | 115,00 |
| 56 | Рыба, тушеная в томате с овощами | 120 | 91,00 |
|  19 | Рис отварной с овощами | 180 | 240,00 |
| ГП | Сок  | 200 | 104,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный, ржаной | 60/80 | 288,16 |
|  **Полдник** |  |
| 14 | Компот из свежих фруктов | 200 | 55,00 |
| 23 | Сырники из творога с молоком сгущенным | 150/50 | 731,55 |
| **Ужин** |  |
| 54 | Капуста тушеная с мясом птицы | 310 | 283,00 |
| 84 | Какао с молоком  | 200 | 95,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный, ржаной | 60/40 | 208,16 |
| ПАУЖИН-41 | Кисломолочный продукт | 200 | 118,00 |
| 3257,71 |
| **Воспитанники с 12-18 лет** | **ККАЛ****2720,00** |
| **8** |
| **№****ТК** | **Блюдо** | **Выход** |
| **Завтрак** |
| 26 | Каша пшенная молочная жидкая | 200 | 255,00 |
| 31 | Чай с лимоном | 200 | 41,00 |
| 65 | Бутерброд с маслом  | 45/14 | 188,52 |
| 41 | Кисломолочный продукт | 180 | 106,20 |
| **Обед** |  |
| 18 | Кукуруза с яйцом и луком | 100 | 110,00 |
| 60 | Свекольник со сметаной, с мясом | 235/15 | 121,00 |
| 76 | Макаронные изделия отварные с овощами | 220 | 214,40 |
|  85 | Соус сметанный с томатом и луком | 20 | 34,00 |
|  73 | Бифштекс рубленый | 90 | 173,25 |
| 12 | Напиток из шиповника | 200 | 92,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный, ржаной | 60/80 | 288,16 |
|  **Полдник** |  |
| 43 | Кисель из яблок | 200 | 96,00 |
| ГП | Печенье  | 30 | 125,10 |
| ГП | Банан  | 120 | 57,78 |
| **Ужин** |  |
| 47 | Азу  | 280 | 324,00 |
| 84 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 93,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный, ржаной | 65/40 | 218,84 |
| ПАУЖИН-ГП | Сок  | 200 | 104,00 |
| 2805,44 |
| **Воспитанники с 12-18 лет** | **ККАЛ****2720,00** |
| **9** |
| **№****ТК** | **Блюдо** | **Выход** |
| **Завтрак** |
|  30 | Суп молочный с геркулесовой крупой | 200 | 117,00 |
|  84 | Какао с молоком | 200 | 95,00 |
| 65/51 | Бутерброд с маслом, сыром | 45/14/21 | 264,96 |
| 4  | Яйцо отварное | 40 | 63,00 |
| **Обед** |  |
| 46 | Салат картофельный с солеными огурцами | 100 | 96,00 |
| 61 | Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом птицы | 235/15 | 159,00 |
| 9 | Поджарка из рыбы  | 120 | 122,40 |
|  78 | Рис отварной | 185 | 262,07 |
| ГП | Сок  | 200 | 104,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный, ржаной | 60/80 | 288,16 |
|  **Полдник** |  |
| 49 | Молоко 3,2% жирности | 200 | 120,00 |
| ГП | Сушки  | 50 | 144,50 |
| ГП | Мандарины  | 120 | 57,78 |
| **Ужин** |  |
| 20 | Голубцы ленивые с соусом сметанным  | 60/40 | 107,00 |
| 57 | Картофель, запеченный в сметанном соусе | 180 | 190,00 |
| 16 | Чай с сахаром | 200 | 39,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный, ржаной | 65/40 | 218,84 |
| ПАУЖИН-41 | Йогурт  | 200 | 118,00 |
| 2672,15 |
| **Воспитанники с 12-18 лет** | **ККАЛ****2720,00** |
| **10** |
| **№****ТК** | **Блюдо** | **Выход** |
| **Завтрак** |
| 35 | Каша манная молочная жидкая  | 200 | 216,00 |
| 84 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 93,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный | 45 | 96,12 |
| 41 | Йогурт  | 180 | 106,20 |
| **Обед** |  |
| 50 | Салат из свеклы с чесноком  | 150 | 138,75 |
| 55 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, с мясом  | 235/15 | 97,00 |
|  15 | Рагу овощное с мясом птицы | 240 | 257,00 |
| ГП | Сок | 200 | 104,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный, ржаной | 60/80 | 288,16 |
|  **Полдник** |  |
| 31 | Чай с лимоном | 200 | 41,00 |
| 69 | Ватрушка с творогом из дрожжевого теста | 100 | 346,00 |
| ГП | Банан  | 140 | 67,41 |
| **Ужин** |  |
| 71 | Плов с мясом | 280 | 457,11 |
| 14 | Компот из свежих фруктов | 200 | 55,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный , ржаной | 65/40 | 218,84 |
| ПАУЖИН-49 | Молоко 3,2% жирности | 200 | 120,00 |
| 2797,40 |

|  |  |
| --- | --- |
| **Воспитанники с 12-18 лет** | **ККАЛ****2720,00** |
| **11** |
| **№****ТК** | **Блюдо** | **Выход** |
| **Завтрак** |
| 59 | Каша рисовая молочная жидкая  | 200 | 223,00 |
| 38 | Чай с шиповником | 200 | 119,00 |
| 65 | Бутерброд с маслом  | 45/14 | 188,52 |
| ГП | Апельсин  | 100 | 48,15 |
| **Обед** |  |
| 74 | Винегрет овощной | 100 | 126,00 |
| 75 | Суп с рисовой крупой и рыбными консервами | 250 | 209,53 |
| 58 | Капуста тушеная с мясом птицы  | 310 | 283,00 |
| ГП | Сок  | 200 | 104,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный, ржаной | 60/80 | 288,16 |
|  **Полдник** |  |
| 49 | Молоко 3,2% жирности | 200 | 120,00 |
| ГП | Сушки  | 50 | 144,50 |
| ГП | Яблоко  | 170 | 81,86 |
| **Ужин** |  |
| 39 | Котлеты из говядины с соусом белым основным | 120 | 202,00 |
| 10 | Картофель отварной/помидоры консервированные | 100/80 | 105,40 |
| 8 | Булочка дорожная | 80 | 284,00 |
| 84 | Какао с молоком  | 200 | 95,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный, ржаной | 65//40 | 218,84 |
| ПАУЖИН-41 | Йогурт  | 200 | 118,00 |
| 2965,56 |
| **Воспитанники с 12-18 лет** | **ККАЛ****2713,00** |
| **12** |
| **№****ТК** | **Блюдо** | **Выход** |
| **Завтрак** |
| 44 | Суп молочный с макаронными изделиями | 200 | 130,00 |
| 84 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 93,00 |
| 65/51 | Бутерброд с маслом, сыром | 45/14/21 | 264,96 |
| 41 | Йогурт  | 180 | 106,20 |
| **Обед** |  |
| 18 | Кукуруза с яйцом и луком | 100 | 110,00 |
| 63 | Суп «Харчо» со сметаной, с мясом | 235/15 | 139,00 |
| 9 | Поджарка из рыбы | 120 | 122,40 |
|  6 | Пюре картофельное | 200 | 186,67 |
| ГП | Сок  | 200 | 104,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный, ржаной | 60/80 | 288,16 |
|  **Полдник** |  |
| 16 | Чай с сахаром | 200 | 39,00 |
| ГП | Пряники  |  30 | 125,10 |
| ГП | Апельсин  | 140 | 67,41 |
| **Ужин** |  |
| 29 | Зразы рубленные с соусом молочным | 100 | 181,00 |
| 76 | Макаронные изделия отварные с овощами  | 220 | 214,40 |
| 43 | Кисель из яблок  | 200 | 96,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный, ржаной | 65/40 | 218,84 |
| ПАУЖИН-49 | Молоко 3,2% жирности | 200 | 120,00 |
| 2659,23 |

|  |  |
| --- | --- |
| **Воспитанники с 12-18 лет** | **ККАЛ****2720,00** |
| **13** |
| **№****ТК** | **Блюдо** | **Выход** |
| **Завтрак** |
| 62 | Запеканка из творога с молоком сгущенным | 165/30 | 496,28 |
| 84 | Какао с молоком | 200 | 95,00 |
| ГП | Яблоко  | 200 | 96,30 |
| **Обед** |  |
| 50 | Салат из свеклы с чесноком | 100 | 92,50 |
| 28 | Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной, с мясом | 235/15 | 107,00 |
| 19 | Рис отварной с овощами | 180 | 240,00 |
|  33 | Котлеты рыбные | 120 | 136,00 |
|  25 | Компот из сухофруктов | 200 | 92,00 |
|  ГП | Вафли  | 50 | 208,50 |
| ГП | Хлеб пшеничный, ржаной | 60/80 | 288,16 |
|  **Полдник** |  |
| ГП | Сок  | 200 | 104,00 |
| ГП | Сушки | 50 | 144,50 |
| 41 | Йогурт  | 200 | 118,00 |
| **Ужин** |  |
| 48 | Гуляш из отварной говядины  | 120 | 211,20 |
| 10 | Картофель отварной/огурцы консервированные | 100/80 | 105,40 |
| 45 | Чай с молоком | 200 | 69,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный, ржаной | 65/40 | 218,84 |
| ПАУЖИН-ГП | Бананы  | 200 | 94,00 |
| 2727,84 |

|  |  |
| --- | --- |
| **Воспитанники с 12-18 лет** | **ККАЛ****2720,00** |
| **14** |
| **№****ТК** | **Блюдо** | **Выход** |
| **Завтрак** |
| 17 | Омлет натуральный | 200 | 290,77 |
| 38 | Чай с шиповником | 200 | 119,00 |
| 21/79 | Бутерброд с маслом и сыром  | 45/21/20 | 328,88 |
| ГП | Яблоко  | 100 | 48,15 |
| **Обед** |  |
| 52 | Салат из моркови с сыром и чесноком | 100 | 160,00 |
| 55 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, с мясом | 235/15 | 97,00 |
| 70 | Тефтели из говядины с рисом с соусом томатным с овощами | 120 | 220,00 |
|  13 | Каша перловая рассыпчатая | 180 | 246,00 |
|  25 | Компот из сухофруктов  | 200 | 92,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный, ржаной | 60/80 | 288,16 |
|  **Полдник** |  |
| ГП | Сок  | 200 | 104,00 |
| 23 | Сырники из творога с молоком сгущенным | 150/50 | 731,55 |
| 41 | Йогурт  | 60 | 35,40 |
| **Ужин** |  |
| 56 | Рыба , тушенная в томате с овощами | 120 | 91,00 |
| 2 | Пюре картофельное/икра кабачковая | 100/80 | 133,27 |
| 84 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 93,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный, ржаной | 65/40 | 218,84 |
| ПАУЖИН-49 | Молоко 3,2% жирности | 200 | 120,00 |
| 3458,38 |