Утверждаю:
ИП Гекчян М.Л.
М.Л. Гекчян
«__»_____ 20__г.

МЕНЮ (СЕНТЯБРЬ-ФЕВРАЛЬ) ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ
ПОНЕДЕЛЬНИК

Завтрак 1 смена, завтрак ОВЗ

Наименование	*Выход*				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Каша рисовая	200/5	5,88	7,7	46,25	280,0
Бутерброд с маслом и сыром	30/5/15	5,78	8,78	14,8	162,0
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,0
Чай с сахаром	200	0,14	0,00	15,22	62,0

ИТОГО: 73=53

Завтрак 2 смена

Наименование	*Выход*				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Тефтели мясные с томатным соусом	60/50				
Пюре	100	16,26	15,43	15,96	261,0
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,0
Чай с сахаром	200	0,14	0,00	15,22	62,0
Хлеб	30	3,96	0,72	23,76	119,0

ИТОГО: 73=53

Обед ОВЗ

Наименование	*Выход*				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Тефтели мясные с томатным соусом	60/50				
Пюре	100	16,26	15,43	15,96	261,0
Чай с сахаром	200	0,14	0,00	15,22	62,0
Помидор	25	0,27	0,05	0,95	6,00
Хлеб	30	3,96	0,72	23,76	119,0

ИТОГО: 76=47

Утверждаю:
ИП Гекчян М.Л.
М.Л. Гекчян
«__» _____ 20__г.

МЕНЮ (СЕНТЯБРЬ-ФЕВРАЛЬ) ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ
ВТОРНИК

Завтрак 1 смена, завтрак ОВЗ

Наименование	*Выход*				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Бутерброд со сливочным маслом	**30/10**	**2,33**	**8,49**	**14,84**	**145,0**
Сырник со сгущенным молоком	**80/20**	**16,42**	**10,72**	**20,08**	**264,0**
Чай с сахаром	**200**	**0,2**	**0,00**	**15,19**	**58,0**

ИТОГО: 73=53

Завтрак 2 смена

Наименование	*Выход*				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Борщ	**250**	**3,99**	**4,03**	**13,16**	**128,00**
Плов из куриного филе	**150**	**18,33**	**17,02**	**23,67**	**331,00**
Чай с сахаром	**200**	**0,2**	**0,00**	**15,19**	**58,00**
Хлеб	**30**	**2,28**	**0,24**	**14,76**	**70,00**

ИТОГО: 73=53

Обед ОВЗ

Наименование	*Выход*				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Борщ	**250**	**3,99**	**4,03**	**13,16**	**128,00**
Плов из куриного филе	**150**	**18,33**	**17,02**	**23,67**	**331,00**
Чай с лимоном	**200/7**	**0,2**	**0,05**	**15,01**	**60,00**
Хлеб	**30**	**2,28**	**0,24**	**14,76**	**70,00**

ИТОГО: 76=47

Утверждаю:
ИП Гекчян М.Л.
М.Л. Гекчян
«__»_____ 20__г.

МЕНЮ (СЕНТЯБРЬ-ФЕВРАЛЬ) ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ
СРЕДА

Завтрак 1 смена, завтрак ОВЗ

Наименование	*Выход*				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Биточки говяжьи	50				
Капуста тушеная	100	9,61	13,87	13,81	234
Хлеб	30	2,28	0,24	14,76	70
Огурец	25	0,17	0,02	0,47	3,0
Чай с сахаром	200	0,2	0,00	15,19	58,0

ИТОГО: 73=53

Завтрак 2 смена

Наименование	*Выход*				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Бедро куриное отварное	70				
Рис отварной	100	18,33	17,02	23,67	331,0
Помидор	25	0,27	0,05	0,95	6,00
Чай с сахаром	200	0,2	0,00	15,19	58,0
Хлеб	30	2,28	0,24	14,76	70,00

ИТОГО: 73=53

Обед Овз

Наименование	*Выход*				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Бедро куриное отварное	70				
Рис отварной	100	18,33	17,02	23,67	331,0
Соус белый	30				
Помидор	25	0,27	0,05	0,95	6,00
Чай с сахаром	200	0,2	0,00	15,19	58,0
Хлеб	30	2,28	0,24	14,76	70,00

ИТОГО: 76=47

Утверждаю:
ИП Гекчян М.Л.
_____ М.Л. Гекчян
«__» _____ 20__г.

МЕНЮ (СЕНТЯБРЬ-ФЕВРАЛЬ) ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ
ЧЕТВЕРГ

Завтрак 1 смена, завтрак ОВЗ

Наименование	*Выход*				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Каша пшенная	200	8,46	7,84	46,82	303,0
Бутерброд с маслом и сыром	30/5/15	5,78	8,78	14,8	162,0
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,0
Чай с сахаром	200	0,14	0,00	15,22	62,00

ИТОГО: 73=53

Завтрак 2 смена

Наименование	*Выход*				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Суп гороховый	250	3,41	4,25	13,16	108,00
Картофель отварной	100	14,32	14,06	33,92	336,0
Соус томатный	50	1,3	2,4	4,2	44,00
Огурец свежий	25	0,17	0,02	0,47	3,00
Чай с сахаром	200	0,14	0,00	15,22	62,0
Хлеб	30	3,96	0,72	23,76	119,0

ИТОГО: 73=53

Обед ОВЗ

Наименование	*Выход*				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Суп гороховый	250	3,41	4,25	13,16	108,00
Картофель отварной	100	14,32	14,06	33,92	336,0
Соус томатный	50	1,3	2,4	4,2	44,00
Огурец свежий	25	0,17	0,02	0,47	3,00
Чай с лимоном	200/7	0,24	0,24	35,82	148,0
Хлеб	30	3,96	0,72	23,76	119,0

ИТОГО: 76=47

Утверждаю:
ИП Гекчян М.Л.
_____ М.Л. Гекчян
«__»_____ 20__г.

МЕНЮ (СЕНТЯБРЬ-ФЕВРАЛЬ) ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ
ПЯТНИЦА

Завтрак 1смена, завтрак ОВЗ

Наименование	*Выход*				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Бутерброд с колбасой Молочной	**30/20**	**4,84**	**4,68**	**15,06**	**121,0**
Омлет	**100**	**5,3**	**7,44**	**2,38**	**99,0**
Хлеб	**30**	**3,96**	**0,72**	**23,76**	**119,0**
Чай с сахаром	**200**	**0,2**	**0,00**	**15,19**	**58,0**

ИТОГО: 73=53

Завтрак 2 смена

Наименование	*Выход*				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Котлета куриная	**50**	**16,61**	**14,6**	**26,19**	**306,0**
Макароны	**100**				
Соус томатный	**50**	**1,3**	**2,4**	**4,2**	**44,00**
Чай с сахаром	**200**	**0,2**	**0,00**	**15,19**	**58,0**
Хлеб	**30**	**3,96**	**0,72**	**23,76**	**119,0**

ИТОГО: 73=53

Обед ОВЗ

Наименование	*Выход*				
		Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ(ккал)
Котлета куриная	**50**	**16,61**	**14,6**	**26,19**	**306,0**
Макароны	**100**				
Зеленый горошек консервированный	**25**	**0,77**	**0,05**	**1,62**	**10,00**
Чай с сахаром	**200**	**0,2**	**0,00**	**15,19**	**58,0**
Хлеб	**30**	**3,96**	**0,72**	**23,76**	**119,0**

ИТОГО: 76=47