

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ОБЕДОВ
на 2024-2025 учебный год

№ тех-карт	Наименование блюда	Кол-во	Химический состав			Калории	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы		
1 НЕДЕЛЯ							
Понедельник							
187	Щи со свежей капустой	1/500/250	17,5	4,89	8,49	84,75	Цены определяются ежедневно в зависимости от условий закупки продуктов
79	Салат из свежей капусты	1/100	1,85	4,56	7,14	67,82	
1	Котлета студенческая п/ф	1/100	7,52	6,70	9,16	124,77	
378	Гречка	1/200	5,13	18,07	25,17	278,67	
257	Сырники	1/100	9,43	7,64	27,07	207,96	
1009	Чай	1/200	0,09	0,04	2,16	8,78	
2	Хлеб	1/0,03	4,4	1,8	30,8	150	
Вторник							
171	Свекольник	1/500/250	2,54	0,70	8,33	47,71	Цены определяются ежедневно в зависимости от условий закупки продуктов
631	Картофель тушеный с овощами	1/200	3,26	7,19	10,37	116,62	
92	Морковь по-корейски	1/100	1,0	9,0	7,0	110,0	
288	Биточек по Тираспольски (отбивная)	1/0,50	22,6	2,6	7,3	143	
883	Кисель	1/200	-	-	4,93	18,47	
550	Оладьи с повидлом	1/100/25	1,47	0,95	5,77	36,04	
3	Хлеб	0,030	4,4	1,8	30,8	150	
Среда							
197	Рассольник	1/500/200	2,2	1,9	5,1	40,4	Цены определяются ежедневно в зависимости от условий закупки продуктов
414	Макароны	1/200	43,58	1,18	33,12	145,03	
100	Винегрет	1/100	1,40	3,92	5,51	61,49	
625	Котлета по-селянски	1/50	7,52	6,7	9,12	124,77	
959	Какао	1/200	0,85	0,73	5,24	29,6	
1056	Пончики с пудрой	1/100/20	6,74	14,63	45,12	327,84	
4	Хлеб	0,030	4,4	1,8	30,8	150	
Четверг							
228	Солянка	1/500/200	3,5	3,5	4,3	64	Цены определяются ежедневно в зависимости
409	Гороховое пюре	1/200	8,7	1,36	24,66	123,52	
37	Салат зимний	1/100	3,8	10,5	6,8	137	
510	Котлета рыбная	1/75	7,2	1,8	8,7	105	

859	Компот из свежих фруктов	1/200	0,28	0,14	11,41	45,17	от условий закупки продуктов
261	Запеканка творожная	1/100	7,26	3,73	16,51	124,51	
5	Хлеб	0,030	4,4	1,8	30,8	150	
Пятница							
208	Суп картофельный с макаронами	1/500/200	5,91	4,9	17,44	120	Цены определяются ежедневно в зависимости от условий закупки продуктов
642	Рис тушеный с овощами	1/200	4,7	11,3	32,2	249	
85	Свекла отварная с маслом	1/100	1,12	2,45	2,87	37,34	
752	Печень тушеная	1/50	4,86	4,25	2,25	6,614	
1009	Чай	1/200	0,09	0,04	2,16	8,78	
550	Оладьи с повидлом	1/100/20	1,47	0,95	5,77	36,04	
7	Хлеб	1/30	4,4	1,8	30,8	150	
2 НЕДЕЛЯ							
Понедельник							
206	Суп картофельный с горохом	1/500/200	3,6	4,6	14,9	128,6	Цены определяются ежедневно в зависимости от условий закупки продуктов
378	Каша пшеничная	1/200	4,99	1,57	22,12	1006,9	
3	Мититеи п/ф	1/100	2,08	2,48	0,37	32,02	
92	Морковь по-корейски	1/100	1,0	9,0	7,0	110,0	
1056	Пончики с пудрой	1/100/20	6,74	14,63	45,12	327,84	
1009	Чай	1/200	0,09	0,04	2,16	8,78	
7	Хлеб	1/30	4,4	1,8	30,8	150	
Вторник							
197	Рассольник	1/500/250	2,2	1,9	5,1	40,4	Цены определяются ежедневно в зависимости от условий закупки продуктов
414	Макароны	1/200	43,58	1,18	33,12	145,03	
656	Котлета филейная	1/75	10,07	13,53	5,25	181,78	
56	Салат из соленых огурцов с луком	1/100	0,75	4,72	1,57	51,38	
257	Сырники из творога	1/100	9,43	7,64	27,07	207,96	
4	Сок яблочный	1/200	-	-	9,0	36	
7	Хлеб	1/30	4,4	1,8	30,8	150	
Среда							
72	Борщ	1/500/200	1,68	5,0	13,4	103,5	Цены определяются ежедневно в зависимости от условий закупки
378	Каша кукурузная	1/200	8,5	8,2	58	330	
668	Тефтели куриные	1/60	15,7	5,3	0,2	113	
29	Салат витаминный	1/100	0,33	2,85	1,68	33,25	
550	Оладьи с повидлом	1/100/20	1,47	0,95	5,77	36,04	
959	Какао	1/200	0,85	0,73	5,24	29,6	

7	Хлеб	1/30	4,4	1,8	30,8	150	продуктов
Четверг							
228	Солянка	1/500/200	3,5	3,5	4,3	64	Цены определяются ежедневно в зависимости от условий закупки продуктов
299	Пюре картофельное	1/200	1,52	2,67	8,45	61,79	
530	Рыба запеченная	1/75	10,45	20,38	9,76	261,8	
79	Салат с капусты	1/100	1,85	4,56	7,14	67,82	
438	Омлет натуральный	1/100	9,02	15,02	1,57	177,19	
859	Компот из свежих фруктов	1/200	0,28	0,14	11,41	45,17	
7	Хлеб	1/30	4,4	1,8	30,8	150	
Пятница							
245	Суп Харчо	1/500/250	8,74	16,38	9,75	218,89	Цены определяются ежедневно в зависимости от условий закупки продуктов
315	Капуста тушеная	1/200	2,25	4,14	7,52	74,41	
536	Сосиски или колбаса отварные	1/60/50	3,85	7,41	6,84	107,75	
100	Винегрет	1/100	1,40	3,92	5,51	61,49	
224	Яйцо отварное	1/65/25	4,86	4,32	0,24	59,23	
883	Кисель	1/200	-	-	4,93	18,47	
7	Хлеб	1/30	4,4	1,8	30,8	150	