Ремизова Светлана Николаевна

Подписано цифровой подписью: Ремизова Светлана Николаевна
Дата: 2025.02.28 16:20:20 +03'00'

ООО "Альфа-Провиант"

Меню
7-11 (сезон весна-лето)

Неделя 1 день: 1

03 марта 2025 5

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
ОМЛЕТ С ВЕТЧИНОЙ И СЫРОМ (Сыр , Меланж яичный, Ветчина, Молоко , Масло растительное, Соль)	150	13,5	14,42	18,9	259,38
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88
ЧАЙ С САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)	180	0,27	0,08	14,22	58,69
ПРЯНИКИ	30	1,8	4,3	16	109,8
ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	125			11,25	45
Итого за Завтрак	**510**	**16,94**	**19,54**	**70,25**	**524,75**
Обед					
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	60	0,5	0,1	1,5	8,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРИНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (Вермишель, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Соль, П/Ф ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ)	200/40	7,62	3,96	23,32	159,4
ПЛОВ С ИНДЕЙКОЙ (Морковь очищенная, Мясо индейки(филе), Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Рис , Соль)	240	12,36	20,04	33,48	363,72
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	1,62	1,45	19,5	97,93
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (Вода питьевая, Изюм, виноград суш.«Изюм», в.с., Лимонная кислота, Сахарный песок)	200	0,5	0,1	15	62,9
Итого за Обед	**830**	**25,33**	**25,98**	**110,87**	**778,65**
Итого за день	**1 340**	**42,27**	**45,52**	**181,12**	**1303,4**

Зав. производством _____

ООО "Альфа-Провиант"

Ремизова Светлана Николаевна

Подписано цифровой подписью: Ремизова Светлана Николаевна
Дата: 2025.02.28 16:20:45 +03'00'

Меню
7-11 (сезон весна-лето)

Неделя 1 день: 2

_04 марта 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ (Пшеничка, Молоко , Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)	150	5,93	6,29	31,85	207
БУТЕРБРОД С СЫРОМ И СВЕЖИМ ОГУРЦОМ (Сыр , Батон, Огурцы свежие)	35	4,1	4,63	9,5	96,07
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ (Чай, Варенье, Вода питьевая)	180	0,18	0,09	13,5	55,53
МОЛОКО В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ М.Д.Ж. 3,2%	200	5,6	4,9	9,3	104
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак	**665**	**16,21**	**16,31**	**73,95**	**509,6**
Обед					
САЛАТ "ВЕСНА" (Капуста пекинская, Редис, Лук зелёный, Масло растительное, Огурцы свежие, Соль)	60	0,63	3,09	1,52	36,43
БОРЩ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ (Томат - паста, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Свекла очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Капуста квашенная, Лимонная кислота, Лук репчатый, Масло растительное, Сахарный песок, Сметана , Соль)	200/10	4,44	6,61	10,3	120,94
РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ (Батон, Меланж яичный, Рыба филе с/м, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	90	9,86	7,28	11,44	150,68
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (Картофель очищенный, Молоко , Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	150	3,2	5,2	19,8	139,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	1,62	1,45	19,5	97,93
СОК ФРУКТОВЫЙ МУЛЬТИФРУКТ	200	1,01	0,18	20,6	88,06
Итого за Обед	**800**	**23,49**	**24,14**	**101,23**	**719,64**
Итого за день	**1 465**	**39,7**	**40,45**	**175,18**	**1229,24**

Зав. производством _____

ООО "Альфа-Провиант"

Ремизова Светлана Николаевна

Подписано цифровой подписью: Ремизова Светлана Николаевна
Дата: 2025.02.28 16:21:10 +03'00'

Меню
7-11 (сезон весна-лето)

Неделя 1 день: 3

05 марта 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ "ЗЕБРА" С ВАРЕНЬЕМ (Творог, Меланж яичный, Варенье, Какао порошок, Вода питьевая, Манная крупа, Масло растительное, Сахарный песок, Сметана , Соль, Сухари панировочные, Ванилин)	150	13,64	15,82	25,97	300,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Лимон, Сахарный песок)	180	0,27		6,03	25,11
ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0,55	0,65	15	68,05
ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	125			11,25	45
Итого за Завтрак	**500**	**15,83**	**17,21**	**68,13**	**490,84**
Обед					
ОГУРЕЦ НАТУРАЛЬНЫЙ СОЛЕНЫЙ	60	0,48	0,06	1,02	6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ (Батон, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Горох шлифованный, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	200/10	6,36	3,76	22,49	149,62
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ "БОЛОНЬЕЗЕ" (Томат - паста, Морковь очищенная, Вода питьевая, Говядина, Лук репчатый, Макароны, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Соль)	240	13,92	18	30,72	340,56
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	1,62	1,45	19,5	97,93
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ (Яблоко свежее, Мандарины свежие, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)	200	0,03	0,1	25,4	103,5
Итого за Обед	**800**	**25,14**	**23,7**	**117,2**	**783,81**
Итого за день	**1 300**	**40,97**	**40,91**	**185,33**	**1274,65**

Зав. производством _____

ООО "Альфа-Провиант"

Ремизова Светлана Николаевна

Подписано цифровой подписью: Ремизова Светлана Николаевна
Дата: 2025.02.28 16:21:35 +03'00'

Меню
7-11 (сезон весна-лето)

Неделя 1 день: 4

06 марта 2025 г.

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КОТЛЕТА КУРИНАЯ ЗАПЕЧЕННАЯ С МАКАРОНАМИ (П/Ф КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ, Вода питьевая, Макароны, Масло растительное, Соль)	150	11,05	11,37	30,37	268,01
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88
ЧАЙ С САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)	180	0,27	0,08	14,22	58,69
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	38
МОЛОКО В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ М.Д.Ж. 3,2%	200	5,6	4,9	9,3	104
Итого за Завтрак	**655**	**19,09**	**17,29**	**71,27**	**520,58**
Обед					
САЛАТ "СВЕТЛЯЧОК" (Свекла очищенная, Горошек зелёный консерв., Масло растительное, Соль)	60	0,98	2,47	13,56	43,74
СОЛЯНКА РЫБНАЯ (Томат - паста, Рыба филе с/м, Картофель очищенный, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы соленые, Соль)	200	5,6	7,2	6,4	112,8
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ИНДЕЙКИ СО СМЕТАННО-ТОМАТНЫМ (Томат - паста, Петрушка свежая, П/Ф ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ИНДЕЙКИ, Вода питьевая, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Сметана , Соль)	90	9,8	9,64	13,68	180,64
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ "ПО-ДОМАШНЕМУ" (Морковь очищенная, Вода питьевая, Гречневая крупа, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	150	3,6	4,6	10,4	97,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	1,62	1,45	19,5	97,93
СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ	200	1	0,2	20,6	88,2
Итого за Обед	**790**	**25,33**	**25,89**	**102,21**	**706,91**
Итого за день	**1 445**	**44,42**	**43,18**	**173,48**	**1227,49**

Зав. производством _____

ООО "Альфа-Провиант"

Ремизова Светлана Николаевна

Подписано цифровой подписью: Ремизова Светлана Николаевна
Дата: 2025.02.28 16:21:57 +03'00'

Меню
7-11 (сезон весна-лето)

Неделя 1 день: 5

07 марта 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ (Молоко , Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Рис , Сахарный песок, Соль)	150	4,31	6,33	31,22	199,5
БУТЕРБРОД С ВЕТЧИНОЙ (Батон, Ветчина)	25/15	4,76	3,87	9,88	93,88
КАКАО С МОЛОКОМ (Какао порошок, Молоко , Вода питьевая, Сахарный песок)	180	3,69	3,15	18,9	118,8
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	150	4,2	3,8	19,5	129
Итого за Завтрак	**520**	**16,96**	**17,15**	**79,5**	**541,18**
Обед					
ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ	60	0,7	0,1	2,3	12,8
СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ С ГРЕНКАМИ (Батон, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Молоко , Вода питьевая, Капуста б/к свежая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	200/10	3,16	3,76	14,62	75,38
ПЕЛЬМЕНИ "КЛАССИЧЕСКИЕ" СО СМЕТАНОЙ (Вода питьевая, Масло растительное, Сметана , Соль, П/Ф ПЕЛЬМЕНИ "КЛАССИЧЕСКИЕ")	240	14,14	18	37,54	368,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	1,62	1,45	19,5	97,93
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (Шиповник, плоды шиповника сушеные , Вода питьевая, Сахарный песок)	200	1	0,1	15,7	66,9
Итого за Обед	**800**	**23,35**	**23,74**	**107,73**	**708,01**
Итого за день	**1 320**	**40,31**	**40,89**	**187,23**	**1249,19**

Зав. производством _____

ООО "Альфа-Провиант"

Ремизова Светлана Николаевна

Подписано цифровой подписью: Ремизова Светлана Николаевна
Дата: 2025.02.28 16:22:26 +03'00'

Меню
7-11 (сезон весна-лето)

Неделя 1 день: 6

08 марта 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ (Геркулес, Молоко , Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)	150	5,1	5,63	18,53	144,45
БУТЕРБРОД С СЫРОМ И СВЕЖИМ ОГУРЦОМ (Сыр , Батон, Огурцы свежие)	35	4,1	4,63	9,5	96,07
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (Молоко , Кофейный напиток, Вода питьевая, Сахарный песок)	180	3,42	2,61	10,17	77,4
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	150	4,2	3,8	19,5	129
БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,5	0,5	21	96
Итого за Завтрак	**615**	**18,32**	**17,17**	**78,7**	**542,92**
Обед					
САЛАТ "ЗДОРОВЬЕ" (Морковь очищенная, Свекла очищенная, Вода питьевая, Горошек зелёный консерв., Лимонная кислота, Масло растительное, Сахарный песок, Соль)	60	1	5,3	5,2	72,5
СУП-БУЛЬОН "ДЕТСКИЙ" С ВЕРМИШЕЛЬЮ И ЯЙЦОМ (Цыплята бройлер, Яйцо, Вермишель, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	200	5,62	5,34	10,3	112,25
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПЕЧЕНИ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Печень говяжья, Сметана , Соль)	100	8,75	6,3	3,54	105,87
РИС ОТВАРНОЙ (Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Рис , Соль)	150	3,7	4,8	36,5	203,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	1,62	1,45	19,5	97,93
СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,6	88,2
Итого за Обед	**800**	**24,42**	**23,72**	**113,71**	**766,45**
Итого за день	**1 415**	**42,74**	**40,89**	**192,41**	**1309,37**

Зав. производством _____

ООО "Альфа-Провиант"

Ремизова Светлана Николаевна

Подписано цифровой подписью: Ремизова Светлана Николаевна
Дата: 2025.02.28 16:22:57 +03'00'

Меню
7-11 (сезон весна-лето)

Неделя 2 день: 1

10 марта 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
ПАСТА КАРБОНАРА "ПО-ШКОЛЬНОМУ" (Сыр , Ветчина, Молоко , Вода питьевая, Макароны, Масло сл-сливочное 82,5%, Мука пшеничная в/с, Соль)	150	10	12,2	28,3	263
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88
ЧАЙ С САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)	180	0,27	0,08	14,22	58,69
МОЛОКО В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ М.Д.Ж. 3,2%	200	5,6	4,9	9,3	104
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	38
Итого за Завтрак	**655**	**18,04**	**18,12**	**69,2**	**515,57**
Обед					
САЛАТ ИЗ ПЕКИНСКОЙ КАПУСТЫ, СО СВЕЖИМ ОГУРЦОМ И КУКУРУЗОЙ (Кукуруза консервированная, Капуста пекинская, Петрушка свежая, Масло растительное, Огурцы свежие, Соль)	60	0,12	1,44	6,9	41,04
СОЛЯНКА МЯСНАЯ СО СМЕТАНОЙ (Томат - паста, Свинина, Картофель очищенный, Вода питьевая, Говядина, Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы соленые, Сметана , Соль)	200/10	7,46	7,8	8,16	149,1
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ (ИНДЕЙКА) (Томат - паста, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Мясо индейки(филе), Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	240	12,21	13,63	26,47	277,39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	1,62	1,45	19,5	97,93
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ (Яблоко свежее, Мандарины свежие, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)	200	0,03	0,1	25,4	103,5
Итого за Обед	**800**	**24,17**	**24,75**	**104,5**	**755,16**
Итого за день	**1 455**	**42,21**	**42,87**	**173,7**	**1270,73**

Зав. производством _____

ООО "Альфа-Провиант"

Ремизова Светлана Николаевна

Подписано цифровой подписью: Ремизова Светлана Николаевна
Дата: 2025.02.28 16:23:44 +03'00'

Меню
7-11 (сезон весна-лето)

Неделя 2 день: 2

11 марта 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ (Пшено, Молоко , Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)	150	6,09	7,04	31,14	211,5
БУТЕРБРОД С СЫРОМ И СВЕЖИМ ОГУРЦОМ (Сыр , Батон, Огурцы свежие)	35	4,1	4,63	9,5	96,07
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ (Чай, Варенье, Вода питьевая)	180	0,18	0,09	13,5	55,53
МОЛОКО В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ М.Д.Ж. 3,2%	200	5,6	4,9	9,3	104
ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	125			11,25	45
Итого за Завтрак	**690**	**15,97**	**16,66**	**74,69**	**512,1**
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (Свекла очищенная, Масло растительное, Соль)	60	0,8	2,7	4,6	45,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРИНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (Вермишель, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Соль, П/Ф ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ)	200/40	7,62	3,96	23,32	159,4
ПАЭЛЬЯ С КУРИЦЕЙ (Кукуруза консервированная, Цыплята бройлер, Куркума молотая, Овощи замороженные (перец), Чеснок, ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Помидоры свежие, Рис , Соль, Овощи замороженные (фасоль))	240	12,52	15,6	31,08	314,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	1,62	1,45	19,5	97,93
СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ	200	1	0,2	20,6	88,2
Итого за Обед	**830**	**26,29**	**24,24**	**117,17**	**792,13**
Итого за день	**1 520**	**42,26**	**40,9**	**191,86**	**1304,23**

Зав. производством _____

ООО "Альфа-Провиант"

Ремизова Светлана Николаевна

Подписано цифровой подписью: Ремизова Светлана Николаевна
Дата: 2025.02.28 16:24:25 +03'00'

Меню
7-11 (сезон весна-лето)

Неделя 2 день: 3

_12 марта 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
ВАРЕНИКИ С ТВОРОГОМ И СМЕТАНОЙ (Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Сметана , Соль, П/Ф ВАРЕНИКИ С ТВОРОГОМ)	150	11,08	11,9	39,58	309,7
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Лимон, Сахарный песок)	180	0,27		6,03	25,11
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	150	4,2	3,8	19,5	129
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак	**580**	**15,95**	**16,1**	**74,91**	**510,81**
Обед					
ОГУРЕЦ НАТУРАЛЬНЫЙ СОЛЕНЫЙ	60	0,48	0,06	1,02	6
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ (Томат - паста, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Свекла очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Капуста б/к свежая, Лимонная кислота, Лук репчатый, Масло растительное, Сахарный песок, Сметана , Соль)	200/10	4,44	6,61	10,3	120,94
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (Батон, Рыба филе с/м, Вода питьевая, Масло растительное, Соль, Сухари панировочные)	100	11,48	13,2	17,11	233,16
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (Картофель очищенный, Молоко , Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	150	3,2	5,2	19,8	139,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	1,62	1,45	19,5	97,93
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (Шиповник, плоды шиповника сушеные , Вода питьевая, Сахарный песок)	200	1	0,1	15,7	66,9
Итого за Обед	**810**	**24,95**	**26,95**	**101,5**	**750,53**
Итого за день	**1 390**	**40,9**	**43,05**	**176,41**	**1261,34**

Зав. производством _____

ООО "Альфа-Провиант"

Ремизова Светлана Николаевна

Подписано цифровой подписью: Ремизова Светлана Николаевна
Дата: 2025.02.28 16:24:51 +03'00'

Меню
7-11 (сезон весна-лето)

Неделя 2 день: 4

13 марта 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
ОМЛЕТ С ОВОЩАМИ (Кукуруза консервированная, Меланж яичный, Молоко , Масло растительное, Огурцы свежие, Соль)	150	11,29	11,48	22	236,48
БУТЕРБРОД С ВЕТЧИНОЙ (Батон, Ветчина)	25/15	4,76	3,87	9,88	93,88
ЧАЙ С САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)	180	0,27	0,08	14,22	58,69
ПРЯНИКИ	30	1,8	4,3	16	109,8
ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	125			11,25	45
Итого за Завтрак	**525**	**18,12**	**19,73**	**73,35**	**543,85**
Обед					
ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ	60	0,7	0,1	2,3	12,8
СОЛЯНКА РЫБНАЯ (Томат - паста, Рыба филе с/м, Картофель очищенный, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы соленые, Соль)	200	5,6	7,2	6,4	112,8
ФРИКАСЕ ИЗ КУРИЦЫ (ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Сметана , Соль)	90	9,99	9,63	8,46	160,47
РИС ОТВАРНОЙ (Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Рис , Соль)	150	3,7	4,8	36,5	203,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	1,62	1,45	19,5	97,93
СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,6	88,2
Итого за Обед	**790**	**25,34**	**23,71**	**111,83**	**761,9**
Итого за день	**1 315**	**43,46**	**43,44**	**185,18**	**1305,75**

Зав. производством _____

ООО "Альфа-Провиант"

Ремизова Светлана Николаевна

Подписано цифровой подписью: Ремизова Светлана Николаевна
Дата: 2025.02.28 16:25:19 +03'00'

Меню
7-11 (сезон весна-лето)

Неделя 2 день: 5

14 марта 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ (Кукурузная крупа, Молоко , Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)	150	4,35	4,35	24,75	155,93
БУТЕРБРОД С СЫРОМ И СВЕЖИМ ОГУРЦОМ (Сыр , Батон, Огурцы свежие)	35	4,1	4,63	9,5	96,07
КАКАО С МОЛОКОМ (Какао порошок, Молоко , Вода питьевая, Сахарный песок)	180	3,69	3,15	18,9	118,8
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	150	4,2	3,8	19,5	129
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	38
Итого за Завтрак	**615**	**17,14**	**16,13**	**80,15**	**537,8**
Обед					
САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ, ОГУРЦОВ И РЕДИСА (Редис, Масло растительное, Огурцы свежие, Помидоры свежие, Соль)	60	0,53	3,09	1,58	36,74
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Говядина, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы соленые, Рис , Сметана , Соль)	200/10	4,76	7,43	13,28	138,8
КОТЛЕТЫ ОСОБЫЕ (Масло растительное, П/Ф КОТЛЕТА "ОСОБАЯ")	100	10,85	7,77	16,35	178,73
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (Картофель очищенный, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	150	2,87	4,32	23,01	141
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	1,62	1,45	19,5	97,93
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (Вода питьевая, Изюм, виноград суш.«Изюм», в.с., Лимонная кислота, Сахарный песок)	200	0,5	0,1	15	62,9
Итого за Обед	**810**	**23,86**	**24,49**	**106,79**	**742,3**
Итого за день	**1 425**	**41**	**40,62**	**186,94**	**1280,1**

Зав. производством _____

ООО "Альфа-Провиант"

Ремизова Светлана Николаевна

Подписано цифровой подписью: Ремизова Светлана Николаевна
Дата: 2025.02.28 16:25:46 +03'00'

Меню
7-11 (сезон весна-лето)

Неделя 2 день: 6

15 марта 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННО-ТОМАТНЫМ (Томат - паста, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Капуста б/к свежая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Рис , Сметана , Соль)	150	8,44	11,39	17,4	205,89
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	60	0,5	0,1	1,5	8,5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (Молоко , Кофейный напиток, Вода питьевая, Сахарный песок)	180	3,42	2,61	10,17	77,4
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	150	4,2	3,8	19,5	129
БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,5	0,5	21	96
Итого за Завтрак	**640**	**18,06**	**18,4**	**69,57**	**516,79**
Обед					
ОГУРЕЦ НАТУРАЛЬНЫЙ СОЛЕНЫЙ	60	0,48	0,06	1,02	6
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ И ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ (Томат - паста, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Капуста б/к свежая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Сметана , Соль)	200/10	4,46	7,21	5,34	104,22
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ ПО-КУНЦЕВСКИ (Меланж яичный, Морковь очищенная, Лук репчатый, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Печень говяжья, Соль)	90	11,81	8,89	10,8	170,44
БУЛГУР С ОВОЩАМИ (Булгур, Овощи замороженные (перец), Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	150	4,2	8,4	28,3	205,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	1,62	1,45	19,5	97,93
СОК ФРУКТОВЫЙ МУЛЬТИФРУКТ	200	1,01	0,18	20,6	88,06
Итого за Обед	**800**	**26,31**	**26,52**	**103,63**	**758,45**
Итого за день	**1 440**	**44,37**	**44,92**	**173,2**	**1275,24**

Зав. производством _____

ООО "Альфа-Провиант"

Ремизова Светлана Николаевна

Подписано цифровой подписью: Ремизова Светлана Николаевна
Дата: 2025.02.28 16:26:10 +03'00'

Меню
7-11 (сезон весна-лето)

Неделя 3 день: 1

17 марта 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ (Кукурузная крупа, Молоко , Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)	150	5,4	6,9	33	215,85
БУТЕРБРОД С СЫРОМ И СВЕЖИМ ОГУРЦОМ (Сыр , Батон, Огурцы свежие)	35	4,1	4,63	9,5	96,07
ЧАЙ С САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)	180	0,18		5,85	24,12
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	150	4,2	3,8	19,5	129
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,96	9,35	61,04
Итого за Завтрак	**635**	**15,78**	**17,69**	**87**	**573,08**
Обед					
ВИНЕГРЕТ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Свекла очищенная, Лук зелёный, Масло растительное, Огурцы соленые, Соль)	60	0,6	5,3	4,1	67,1
СУП-БУЛЬОН "ДЕТСКИЙ" С ВЕРМИШЕЛЬЮ, ЯЙЦОМ И ГРЕНКАМИ (Цыплята бройлер, Яйцо, Батон, Вермишель, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	200/10	6,87	5,5	17,91	149,07
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ (П/Ф КОТЛЕТА "ДОМАШНЯЯ", Масло растительное)	100	9,55	7,16	13,9	158,24
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (Картофель очищенный, Молоко , Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	150	3,2	5,2	19,8	139,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	1,62	1,45	19,5	97,93
СОК ФРУКТОВЫЙ МУЛЬТИФРУКТ	200	1,01	0,18	20,6	88,06
Итого за Обед	**810**	**25,58**	**25,12**	**113,88**	**786**
Итого за день	**1 445**	**41,36**	**42,81**	**200,88**	**1359,08**

Зав. производством _____

ООО "Альфа-Провиант"

Ремизова Светлана Николаевна

Подписано цифровой подписью: Ремизова Светлана Николаевна
Дата: 2025.02.28 16:26:35 +03'00'

Меню
7-11 (сезон весна-лето)

Неделя 3 день: 2

18 марта 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КОТЛЕТА КУРИНАЯ ЗАПЕЧЕННАЯ С МАКАРОНАМИ (П/Ф КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ, Вода питьевая, Макароны, Масло растительное, Соль)	150	11,05	11,37	30,37	268,01
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ (Чай, Варенье, Вода питьевая)	180	0,18	0,09	13,5	55,53
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	38
МОЛОКО В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ М.Д.Ж. 3,2%	200	5,6	4,9	9,3	104
Итого за Завтрак	**650**	**19**	**16,73**	**69,7**	**508,64**
Обед					
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	60	0,5	0,1	1,5	8,5
СОЛЯНКА РЫБНАЯ (Томат - паста, Рыба филе с/м, Картофель очищенный, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы соленые, Соль)	200	5,6	7,2	6,4	112,8
РУЛЕТ МЯСНОЙ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ (Батон, Меланж яичный, Свинина, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль, Сухари панировочные)	90	10,6	8,3	18,5	191,1
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ В ТОМАТНОМ СОУСЕ (Томат - паста, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Капуста б/к свежая, Лук репчатый, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5%, Мука пшеничная в/с, Сахарный песок, Соль)	150	2,31	6,81	14,36	128,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	1,62	1,45	19,5	97,93
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ (Яблоко свежее, Мандарины свежие, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)	200	0,03	0,1	25,4	103,5
Итого за Обед	**790**	**23,39**	**24,29**	**103,73**	**728,53**
Итого за день	**1 440**	**42,39**	**41,02**	**173,43**	**1237,17**

Зав. производством _____

Ремизова Светлана Николаевна

Подписано цифровой подписью: Ремизова Светлана Николаевна
Дата: 2025.02.28 16:27:04 +03'00'

ООО "Альфа-Провиант"

Меню
7-11 (сезон весна-лето)

Неделя 3 день: 3

19 марта 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ (Творог, Меланж яичный, Вода питьевая, Манная крупа, Масло растительное, Молоко сгущенное, Сахарный песок, Сметана , Соль, Сухари панировочные, Ванилин)	150	13,11	12,63	41,1	330,51
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Лимон, Сахарный песок)	180	0,27		6,03	25,11
ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	125			11,25	45
МОЛОКО В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ М.Д.Ж. 3,2%	200	5,6	4,9	9,3	104
Итого за Завтрак	**655**	**18,98**	**17,53**	**67,68**	**504,62**
Обед					
САЛАТ "ВЕСНА" (Капуста пекинская, Редис, Лук зелёный, Масло растительное, Огурцы свежие, Соль)	60	0,63	3,09	1,52	36,43
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ (Томат - паста, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Свекла очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Капуста б/к свежая, Лимонная кислота, Лук репчатый, Масло растительное, Сахарный песок, Сметана , Соль)	200/10	4,44	6,61	10,3	120,94
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ (рубленый) (Яйцо, Рыба филе с/м, Петрушка свежая, Молоко , Лук репчатый, Масло растительное, Соль, Сухари панировочные)	90	9,9	3,69	2,97	84,69
БУЛГУР С ОВОЩАМИ (Булгур, Овощи замороженные (перец), Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	150	4,2	8,4	28,3	205,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	1,62	1,45	19,5	97,93
СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,6	88,2
Итого за Обед	**800**	**24,52**	**23,77**	**101,26**	**719,99**
Итого за день	**1 455**	**43,5**	**41,3**	**168,94**	**1224,61**

Зав. производством _____

ООО "Альфа-Провиант"

Ремизова Светлана Николаевна

Подписано цифровой подписью: Ремизова Светлана Николаевна
Дата: 2025.02.28 16:27:44 +03'00'

Меню
7-11 (сезон весна-лето)

Неделя 3 день: 4

20 марта 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ (Пшено, Молоко , Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)	150	6,09	7,04	31,14	211,5
БУТЕРБРОД С ВЕТЧИНОЙ И СВЕЖИМ ОГУРЦОМ (Батон, Ветчина, Огурцы свежие)	45	4,76	4,87	8,5	96,87
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ (Чай, Варенье, Вода питьевая)	180	0,18	0,09	13,5	55,53
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	150	4,2	3,8	19,5	129
Итого за Завтрак	**625**	**15,63**	**16,2**	**82,44**	**539,9**
Обед					
ОГУРЕЦ НАТУРАЛЬНЫЙ СОЛЕНЫЙ	60	0,48	0,06	1,02	6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ (Батон, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Горох шлифованный, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	200/10	6,36	3,76	22,49	149,62
ПЕЛЬМЕНИ "КЛАССИЧЕСКИЕ" СО СМЕТАНОЙ (Вода питьевая, Масло растительное, Сметана , Соль, П/Ф ПЕЛЬМЕНИ "КЛАССИЧЕСКИЕ")	240	14,14	18	37,54	368,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	1,62	1,45	19,5	97,93
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (Вода питьевая, Изюм, виноград суш.«Изюм», в.с., Лимонная кислота, Сахарный песок)	200	0,5	0,1	15	62,9
Итого за Обед	**800**	**25,83**	**23,7**	**113,62**	**771,45**
Итого за день	**1 425**	**41,46**	**39,9**	**196,06**	**1311,35**

Зав. производством _____

Альфа Провиант
организация питания в общеобразовательных учреждениях и на предприятиях

Ремизова Светлана Николаевна

Подписано цифровой подписью: Ремизова Светлана Николаевна
Дата: 2025.02.28 16:28:10 +03'00'

ООО "Альфа-Провиант"

Общество с ограниченной ответственностью "Альфа-Провиант" Санкт-Петербург

Меню
7-11 (сезон весна-лето)

Неделя 3 день: 5

21 марта 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
ОМЛЕТ С ВЕТЧИНОЙ И СЫРОМ (Сыр , Меланж яичный, Ветчина, Молоко , Масло растительное, Соль)	150	13,5	14,42	18,9	259,38
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88
ЧАЙ С САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)	180	0,27	0,08	14,22	58,69
ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	125			11,25	45
ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0,55	0,65	15	68,05
Итого за Завтрак	**500**	**15,69**	**15,89**	**69,25**	**483**
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (Свекла очищенная, Масло растительное, Соль)	60	0,8	2,7	4,6	45,6
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРИНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Горошек зелёный консерв., Капуста б/к свежая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль, П/Ф ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ)	200/40	6,52	5,52	13,28	128,6
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (Томат - паста, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Говядина, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	240	12,96	16,56	29,4	318,48
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	1,62	1,45	19,5	97,93
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (Шиповник, плоды шиповника сушеные , Вода питьевая, Сахарный песок)	200	1	0,1	15,7	66,9
Итого за Обед	**830**	**25,63**	**26,66**	**100,55**	**743,71**
Итого за день	**1 330**	**41,32**	**42,55**	**169,8**	**1226,71**

Зав. производством _____

ООО "Альфа-Провиант"

Ремизова Светлана Николаевна

Подписано цифровой подписью: Ремизова Светлана Николаевна
Дата: 2025.02.28 16:28:35 +03'00'

Меню
7-11 (сезон весна-лето)

Неделя 3 день: 6

22 марта 2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ (Молоко , Вода питьевая, Гречневая крупа, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)	150	5,33	4,35	19,95	140,48
БУТЕРБРОД С СЫРОМ И СВЕЖИМ ОГУРЦОМ (Сыр , Батон, Огурцы свежие)	35	4,1	4,63	9,5	96,07
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (Молоко , Кофейный напиток, Вода питьевая, Сахарный песок)	180	3,42	2,61	10,17	77,4
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	150	4,2	3,8	19,5	129
БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,5	0,5	21	96
Итого за Завтрак	**615**	**18,55**	**15,89**	**80,12**	**538,95**
Обед					
ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ	60	0,7	0,1	2,3	12,8
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Говядина, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы соленые, Рис , Сметана , Соль)	200/10	4,76	7,43	13,28	138,8
ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Печень говяжья, Сметана , Соль)	90	9,45	12,6	7,8	182,4
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (Картофель очищенный, Молоко , Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	150	3,2	5,2	19,8	139,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	1,62	1,45	19,5	97,93
СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ	200	1	0,2	20,6	88,2
Итого за Обед	**800**	**23,46**	**27,31**	**101,35**	**745,73**
Итого за день	**1 415**	**42,01**	**43,2**	**181,47**	**1284,68**

Зав. производством _____