**на Сентябрь 2024**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Понедельник  23.09.2024 | | Вторник  24.09.2024 | | Среда  25.09.2024 | | Четверг  26.09.2024 | | Пятница  27.09.2024 | |
|  |  | Энергетич. Ценн.  (ккал/  сут) |  | Энергетич. ценн.  (ккал/  сут) |  | Энергетич. ценн.  (ккал/  сут) |  | Энергетич. ценн.  (ккал/  сут) |  | Энергетич. ценн.  (ккал/  сут) |
| Завтрак | **- Каша молочная геркулесовая 150/200**  **- Какао с молоком 150/200**  **- Батон с маслом 20/30 5/5** | **170/227**  **89/107**  **102/119** | **- Каша молочная манная 150/200**  **- Кофейный напиток с молоком 150/200**  **- Батон с маслом 20/30 5/5** | **186,76/**  **249,01**  **70/93,3**  **102/119** | **- Вермишель в молоке 150/200**  **- Какао с молоком 150/200**  **-Батон с маслом 20/30 5/5** | **108,9/**  **145,2**  **89/107**  **102/119** | **- Каша молочная «Дружба» 150/200**  **- Кофейный напиток с молоком 150/200**  **-Батон с маслом 20/30 5/5** | **169,8/**  **226,41**  **70/93,3**  **102/119** | **- Пудинг творожный с молочным соусом 100/150**  **- Какао с молоком 150/200**  **-Батон с маслом 20/30 5/5** | **125/**  **243**  **89/107**  **102/**  **119** |
| 2 завтрак | **- Сок в ассортименте 100/100** | **42,6/42,6** | **- Фрукт по сезону /Нектарин**  **81/86** | **34,83/**  **36,98** | **- Сок в ассортименте 100/100** | **42,6/**  **42,6** | **- Фрукт по сезону / /Яблоки 81/86** | **35,60/**  **37,80** | **- Сок в ассортименте 100/100** | **42,6/**  **42,6** |
| Обед | **- Рассольник Ленинградский с курой со сметаной 150/200**  **- Запеканка картофельная с курой и овощной подливой 180/230**  **- Компот из изюма и вишни с/фр 150/200**  **-Хлеб ржаной 30/38**  **-Хлеб**  **пшеничный 25/30** | **72,45/**  **96,6**  **330/412,5**  **7,94/11,91**  **73,45/**  **84,75**  **52,2/66,12**  **58,75/70,5** | **- Салат из св. огурцов и помидоров 40/60**  **- Борщ с мясом со сметаной 150/200**  **- Рулет мясной с яйцом с молочным соусом 60/80**  **-Картофельное пюре 120/150**  **- Компот из св. груши и кураги 150/200**  **-Хлеб ржаной 30/38**  **-Хлеб пшеничный 25/30** | **28,56/**  **42,84**  **96/128**  **109/145**  **109,8/**  **137,25**  **73,95/**  **98,6**  **52,2/**  **66,12**  **58,75/**  **70,5** | **- Суп картофельный с геркулесом с курой 150/200**  **- Ленивые голубцы со сметанным соусом 180/230**  **- Компот из св. яблок и лимона 150/200**  **- Хлеб ржаной 30/38**  **- Хлеб пшеничный 25/30** | **55,35/73**  **164/219**  **73,95/**  **98,60**  **52,2/**  **66,12**  **58,75/**  **70,5** | **- Суп молочный с рисом 150/200**  **- Котлета мясная 60/80**  **-Картофельное пюре с морковью 120/150**  **- Кисель из сока 150/200**  **- Хлеб ржаной**  **30/38**  **-Хлеб**  **пшеничный 25/30** | **99,3/**  **132,4**  **171,6/**  **228,8**  **110,45/**  **138,06**  **88,08/**  **117,43**  **52,2/**  **66,12**  **58,75/**  **70,5** | **- Салат из свеклы 40/60**  **-Суп рыбный (треска)150/200**  **-Суфле из куры 60/80**  **- Картофельное пюре 120/150**  **- Компот из св. сливы 150/200**  **- Хлеб ржаной 30/38**  **- Хлеб пшеничный 25/30** | **37,56/**  **56,34**  **71,4/**  **95,2**  **140/190**  **109,8/**  **137,25**  **73,20/**  **97,60**  **52,2/**  **66,12**  **58,75/**  **70,5** |
| Уплотненный  полдник | **- Ватрушка с повидлом**  **80/120**  **- Молоко**  **150/180** | **222,6/**  **333,9**  **85/102** | **-Запеканка творожная со сгущенным молоком 100/150**  **- Молоко 150/180** | **124/247**  **85/102** | **- Треска припущенная с овощами в соусе 60/80**  **Картофельное пюре 60/80**  **- Напиток из шиповника 150/180** | **27/36**  **54,90/**  **73,20**  **61/73,2** | **- Булочка домашняя с маком 60/90**  **- Кефир 150/180** | **226/**  **338,99**  **75/90** | **- Каша гречневая 100/150**  **- Молоко 150/180**  **- Печенье 10/25** | **199,62/**  **249,62**  **85/102**  **41,7/**  **104,25** |
| Итого  Энергетич. ценн.  (ккал/  сут) |  | **1305,99/**  **1673,88** |  | **1130,85/**  **1535,60** |  | **889,65/**  **1123,42** |  | **1258,78/**  **1658,81** |  | **1227,83/**  **1680,48** |