



МЕНЮ

22 июня 2026 г.

18 день

ПОНЕДЕЛЬНИК

Завтрак

| № п/п | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № тех. Карты |
|----------------|--------------------------------------|---------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------|--------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| 1 | Суп молочный с макаронными изделиями | 200,00 | 4,38 | 3,80 | 14,36 | 120,00 | 47 |
| 2 | Масло (порциями) | 10,00 | 0,10 | 7,25 | 0,14 | 66,00 | 13 |
| 3 | Сыр (порциями) | 15,00 | 1,90 | 2,40 | 0,00 | 30,00 | 42 |
| 4 | Хлеб пшеничный йодированный | 40,00 | 3,04 | 1,12 | 19,60 | 104,48 | гп |
| 5 | Чай с сахаром и лимоном | 200,00 | 1,70 | 0,00 | 6,70 | 27,90 | 31 |
| 6 | Ватрушка с повидлом | 75,00 | 4,46 | 2,98 | 44,12 | 222,00 | 46 |
| Итого : | | 540,00 | 15,58 | 17,55 | 84,92 | 570,38 | |

Обед

| № п/п | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № тех. Карты |
|-----------------------|--|----------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|--------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| 1 | Рассольник ленинградский | 250,00 | 2,02 | 5,09 | 11,98 | 107,25 | 53 |
| 2 | Жаркое по-домашнему | 250,00 | 17,57 | 42,14 | 23,69 | 547,14 | 54 |
| 3 | Салат витаминный | 60,00 | 0,94 | 3,61 | 5,28 | 57,42 | 55 |
| 4 | Хлеб пшеничный йодированный | 40,00 | 3,04 | 1,12 | 19,60 | 104,48 | гп |
| 5 | Хлеб ржаной | 30,00 | 1,74 | 0,36 | 12,90 | 62,40 | гп |
| 6 | Кисель из свежих фруктов/сухофруктов | 200,00 | 0,11 | 0,12 | 29,40 | 122,00 | 45 |
| 7 | Плоды свежие (апельсин/банан/груша/киви/яблоко/ клубника/черешня/персик) | 200,00 | 1,60 | 0,80 | 16,20 | 94,00 | гп |
| Итого: | | 1030,00 | 27,02 | 53,24 | 119,05 | 1094,39 | |
| Итого за день: | | 1570,00 | 42,60 | 70,79 | 203,97 | 1664,77 | |

Ст. повар:

Мед. Сестра:



[Handwritten signature]



Н. А. Дреева

МЕНЮ

23 июня 2026 г.

19 день

ВТОРНИК

Завтрак

| № п/п | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № тех. Карты |
|----------------|--------------------------------------|---------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------|--------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| 1 | Омлет натуральный | 150,00 | 13,94 | 24,82 | 4,30 | 289,65 | 51 |
| 2 | Салат из свежих огурцов и помидоров | 60,00 | 0,57 | 3,64 | 1,83 | 42,36 | 52 |
| 3 | Хлеб пшеничный йодированный | 40,00 | 3,04 | 1,12 | 19,60 | 104,48 | гп |
| 4 | Кондитерское изделие | 50,00 | 2,75 | 3,25 | 17,45 | 105,45 | гп |
| 5 | Компот из свежих фруктов/сухофруктов | 200,00 | 0,24 | 0,14 | 27,84 | 115,00 | 34 |
| Итого : | | 500,00 | 20,54 | 32,97 | 71,02 | 656,94 | |

Обед

| № п/п | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № тех. Карты |
|-----------------------|--|----------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|--------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| 1 | Суп картофельный с бобовыми (фасоль) | 250,00 | 5,30 | 5,40 | 16,20 | 135,80 | 48 |
| 2 | Рыба, запеченная с картофелем по-русски | 240,00 | 17,52 | 13,68 | 20,40 | 276,00 | 49 |
| 3 | Овощи натуральные свежие (огурец) | 60,00 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 7,20 | 50 |
| 4 | Хлеб пшеничный йодированный | 40,00 | 3,04 | 1,12 | 19,60 | 104,48 | гп |
| 5 | Хлеб ржаной | 30,00 | 1,74 | 0,36 | 12,90 | 62,10 | гп |
| 6 | Кофейный напиток на молоке сгущенном | 200,00 | 2,94 | 1,99 | 20,92 | 113,40 | 2 |
| 7 | Плоды свежие (апельсин/банан/груша/киви/яблоко/ клубника/черешня/персик) | 200,00 | 1,60 | 0,80 | 16,20 | 94,00 | гп |
| Итого: | | 1020,00 | 32,56 | 23,41 | 107,36 | 792,98 | |
| Итого за день: | | 1520,00 | 53,10 | 56,38 | 178,38 | 1449,92 | |

Эт. повар:

Мед. Сестра:



Н. А. Дреева

МЕНЮ

24 июня 2026 г.

20 день

СРЕДА

Завтрак

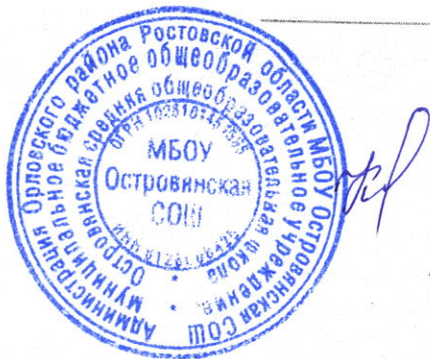
| № п/п | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № тех. Карты |
|-------|--|---------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------|--------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| 1 | Макаронны, запеченные с яйцом | 150,00 | 7,82 | 10,50 | 30,00 | 234,00 | 56 |
| 2 | Салат из редиса | 60,00 | 1,50 | 4,40 | 1,71 | 52,74 | 58 |
| 3 | Масло (порциями) | 10,00 | 0,10 | 7,25 | 0,14 | 66,00 | 13 |
| 4 | Хлеб пшеничный йодированный | 40,00 | 3,04 | 1,12 | 19,60 | 104,48 | гп |
| 5 | Чай с сахаром | 200,00 | 0,20 | 0,00 | 6,50 | 26,80 | 5 |
| 6 | Плоды свежие (апельсин/банан/груша/киви/яблоко/ клубника/черешня/персик) | 200,00 | 1,60 | 0,80 | 16,20 | 94,00 | гп |
| | Итого : | 660,00 | 14,26 | 24,07 | 74,15 | 578,02 | |

Обед

| № п/п | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № тех. Карты |
|-------|--------------------------------------|----------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|--------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| 1 | Борщ с капустой и картофелем | 250,00 | 5,58 | 5,43 | 12,25 | 120,03 | 6 |
| 2 | Ежики мясные | 100,00 | 17,00 | 11,20 | 12,00 | 200,90 | 59 |
| 3 | Картофельное пюре | 150,00 | 3,10 | 6,00 | 19,70 | 145,80 | 15 |
| 4 | Салат из сырых овощей | 60,00 | 0,66 | 3,63 | 2,27 | 44,34 | 60 |
| 5 | Хлеб пшеничный йодированный | 40,00 | 3,04 | 1,12 | 19,60 | 104,48 | гп |
| 6 | Хлеб ржаной | 30,00 | 1,74 | 0,36 | 12,90 | 62,10 | гп |
| 7 | Компот из свежих фруктов/сухофруктов | 200,00 | 0,24 | 0,14 | 27,84 | 115,00 | 34 |
| 8 | Пирожок с яблоком | 75,00 | 4,10 | 3,87 | 34,43 | 189,00 | 35 |
| | Итого: | 905,00 | 35,46 | 31,75 | 140,99 | 981,65 | |
| | Итого за день: | 1105,00 | 35,66 | 31,75 | 147,49 | 1008,45 | |

Ст. повар:

Мед. Сестра:



Генеральный директор

ОАО «Рыболовство

Орловского района



Древа

МЕНЮ

25 июня 2026 г.

21 день

ЧЕТВЕРГ

Завтрак

| № п/п | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № тех. Карты |
|----------------|--------------------------------|---------------|------------------|--------------|--------------|----------------------------|-----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| 1 | Запеканка из творога с какао | 150,00 | 20,25 | 14,60 | 20,70 | 295,20 | 61 |
| 2 | Соус сметанный | 40,00 | 0,56 | 1,99 | 1,35 | 29,64 | 25 |
| 3 | Чай с сахаром | 200,00 | 0,20 | 0,00 | 6,50 | 26,80 | 5 |
| 4 | Кондитерское изделие | 50,00 | 2,75 | 3,25 | 17,45 | 105,45 | гп |
| 5 | Кисломолочный продукт (йогурт) | 120,00 | 3,48 | 2,40 | 17,40 | 105,12 | гп |
| Итого : | | 560,00 | 27,24 | 22,24 | 63,40 | 562,21 | |

Обед

| № п/п | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № тех. Карты |
|-----------------------|--|----------------|------------------|--------------|---------------|----------------------------|-----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| 1 | Суп картофельный с крупой (рис) | 250,00 | 1,97 | 2,73 | 14,58 | 90,75 | 18 |
| 2 | Гуляш | 50/50 | 10,64 | 28,19 | 2,89 | 309,00 | 62 |
| 3 | Макаронные изделия отварные с маслом | 150,00 | 5,46 | 5,79 | 30,46 | 195,70 | 63 |
| 4 | Салат из свежих огурцов и помидоров | 60,00 | 0,57 | 3,64 | 1,83 | 42,36 | 52 |
| 5 | Хлеб пшеничный йодированный | 40,00 | 3,04 | 1,12 | 19,60 | 104,48 | гп |
| 6 | Хлеб ржаной | 30,00 | 1,74 | 0,36 | 12,90 | 62,10 | гп |
| 7 | Сок фруктовый | 200,00 | 0,00 | 0,00 | 2,24 | 9,00 | 43 |
| 8 | Плоды свежие (апельсин/банан/груша/киви/яблоко/ клубника/черешня/персик) | 150,00 | 2,81 | 0,94 | 39,38 | 180,00 | гп |
| Итого: | | 980,00 | 26,23 | 42,77 | 123,88 | 993,39 | |
| Итого за день: | | 1100,00 | 29,71 | 45,17 | 141,28 | 1098,51 | |

Эт. повар:

Мед. Сестра: