

МЕНЮ " 17 " марта 2025г.
1 день 1 неделя



№ тех карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
294	ГУЛЯШ (КУРА) куриная грудка филе, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт, соль йодированная, вода питьевая	100	50,00	11,10	12,50	2,80	191,00
30	СПАГЕТТИ спагетти*, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая	180	9,50	5,50	4,90	34,80	251,00
ТТК 99	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ цикорий*, вода питьевая, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности, ванилин	200	16,50	2,10	2,50	16,20	95,0
6	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ С САХАРОМ мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, *яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи прессованные, вода питьевая	50/2	5,50	4,30	4,60	29,50	176,
ГОСТ	БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог. микронутриентами	20	1,50	1,50	0,60	10,30	52
Итого		552	83,00	24,50	25,10	93,60	765
Обед							
299 (3)	СОЛЯНКА ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ (СВИНИНА) картофель, соль йодированная, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, огурцы соленые, чеснок, вода питьевая, лук репчатый, приправа сухая*, свинина мясная, сметана 15% жирности	250/5/5	21,10	3,20	5,40	15,00	12
331	КОТЛЕТА МОСКОВСКАЯ свинина мясная, вода питьевая, лук репчатый, сухари панировочные, батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог. микронутриентами, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное	100	33,05	10,00	24,20	11,50	33
15	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	180	13,15	8,50	6,50	38,40	2
23	НЕКТАР ФРУКТОВЫЙ нектар фруктовый*	200	13,00	0,00	0,00	11,30	
ГОСТ	БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог. микронутриентами	35	1,50	1,50	0,60	10,30	
ГОСТ	ХЛЕБ РЖАНОЙ *хлеб украинский	25	1,20	1,70	0,20	10,60	
Итого		800	83,00	23,40	36,30	86,80	
Всего				47,90	61,40	180,40	1

Торжеева И.Г.



МЕНЮ " 18 " марта 2025г. 2 день 1 неделя

№ тех карт ы	Наименование блюда	Выхо д	Цена , руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность , ккал
				Белки , г	Жиры , г	Углеводы , г	
Завтрак							
13	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ пшено, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	250/5	30,40	10,50	9,50	55,70	351,00
35	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ лимон, чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая	200/15/ 7	5,60	0,30	0,00	15,10	63,00
17	КОТЛЕТА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ	50/50	43,40	11,30	20,50	37,00	378,00
ГОСТ	БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ батон нарезной пшен. мука высш. сорт. обог. микронутриентами	20	3,60	1,50	0,60	10,30	52,00
Итого		597	83,00	23,60	30,60	118,10	844,00
Обед							
31 (3)	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист	250	14,80	5,80	5,40	19,30	149,00
342	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ свинина мясная, капуста белокочанная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная, яйцо	100	29,70	11,30	27,90	11,80	283,00
282 (3)	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ картофель, *молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая	180	28,90	3,40	4,90	23,30	177,00
ТТК 27	НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая	200	7,00	0,00	0,00	19,40	77,00
ГОСТ	БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ батон нарезной пшени. мука высш. сорт. обог. микронутриентами	35	1,50	1,50	0,60	10,30	91,00
ГОСТ	ХЛЕБ РЖАНОЙ *хлеб украинский	35	2,60	1,70	0,20	10,60	51,00
Итого		800	83,00	22,20	38,40	84,40	828,00
Всего				45,80	69,00	202,50	1 672,00

Зав производством

Гореева И. Г.



HONOR 10X Lite
Quad Camera

Утверждаю

Директор

Маслов М.А.

МЕНЮ " 19 " марта 2025г. 3 день 1 неделя

№ тех карт ы	Наименование блюда	Выхо д	Цена , руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность , ккал
				Белки , г	Жиры , г	Углеводы, г	
	Завтрак						
20	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ вода питьевая, батон нарезной пшен мука высш. сорт обог. микронутриентами, сухари панировочные, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, куриная грудка филе	100	55,10	12,70	15,30	13,00	267,00
21	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ макаронные изделия в/с, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое	180	11,10	5,60	4,90	35,90	250,00
37	ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая	200/15	3,00	0,20	0,00	14,90	60,00
ТТК 93	СЛОЙКА "БАНТИК" тесто слоеное*, сахарная пудра	20	10,00	2,20	6,40	15,50	95,00
ГОСТ	БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ батон нарезной пшен мука высш. сорт обог. микронутриентами	45	3,80	1,90	0,70	12,90	117,00
	Итого	560	83,00	20,40	20,90	76,70	789,00
	Обед						
283 (3)	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, приправа сухая*, соль йодированная, вода питьевая, лавровый лист, масло подсолнечное рафинированное, сметана 15% жирности	250/5	12,50	1,90	5,80	8,90	96,00
298 (1)	ПЛОВ (СВИНИНА) свинина мясная, крупа рисовая, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, томатная паста, соль йодированная	300	60,70	14,20	31,70	38,70	745,00
ТТК 12	КОМПОТ ИЗ КОМПОТНОЙ СМЕСИ С/М лимонная кислота, сахар песок, компотная смесь*, вода питьевая	200	7,00	0,00	0,00	19,40	77,00
ГОСТ	ХЛЕБ РЖАНОЙ *хлеб украинский	25	1,20	1,70	0,20	10,60	51,00
ГОСТ	БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ батон нарезной пшен мука высш. сорт обог. микронутриентами	20	1,60	1,50	0,60	10,30	52,00
	Итого	800	83,00	19,30	38,30	87,90	1 023,00
	Всего			39,70	59,20	164,60	1 812,00

Зав производством

Тореева И.Г.

HONOR 10X Lite
Quad Camera

Утверждаю
 Директор
Маслов М.В.
 ООО "ИП "Мирный Естественный родник"
 ИНН 7605014863
 ОГРН 1027501855735

МЕНЮ "20" марта 2025г.
 4 день 1 недели

№ тех карт ы	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
	Завтрак						
ТТК 95	ЗАПЕКАНКА КАЛОРИЙНАЯ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ крупа манная, кефир 2,5 % жирности, сахар песок, сода, соль йодированная, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш. сорт, *яйца куриные (шт.), ванилин, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности	150/20	45,20	9,70	24,00	81,00	584,00
37	ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая	200/15	3,00	0,20	0,00	14,90	60,00
163	ЯБЛОКО яблоки	130	31,20	0,50	0,50	12,70	61,00
ГОСТ	БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ батон нарезной пшен мука высш. сорт обог. микронутриентами	45	3,60	1,50	0,60	10,30	118,00
	Итого	560	83,00	10,40	24,50	108,60	823,00
	Обед						
33 (1)	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСОМ (ФИЛЕ ИНД) филе индейки консервированное*, макаронные изделия высш. сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная, лавровый лист, вода питьевая, приправа сухая*	250/5	10,00	3,10	5,90	15,30	127,00
10 (3)	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (ФИЛЕ ИНД) филе индейки консервированное*, лавровый лист, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, картофель, вода питьевая, лук репчатый, морковь	300	68,50	11,00	12,90	38,20	477,00
37	ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая	200/15	3,00	0,20	0,00	14,90	60,00
ГОСТ	ХЛЕБ РЖАНОЙ *хлеб украинский	35	1,50	1,70	0,20	10,60	51,00
	Итого	805	83,00	16,00	19,00	79,00	715,00
	Всего			26,40	43,50	187,60	1 538,00

Зав производством

Тореева И.Г.



МЕНЮ "21" марта 2025г. 5 день 1 неделя

№ тех карт ы	Наименование блюда	Выхо д	Цена , руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность , ккал
				Белки , г	Жиры , г	Углеводы , г	
Завтрак							
24	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ масло подсолнечное рафинированное, *яйца куриные (шт.), *молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная	185	64,50	15,30	17,00	2,70	278,00
37	ЧАЙ С САХАРОМ чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая	200/15	3,00	0,20	0,00	14,90	60,00
61	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, соль йодированная, дрожжи прессованные, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *яйца куриные (шт.)	100	10,50	8,40	8,80	55,10	332,00
ГОСТ	БАТОН НАРЕЗНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог. микронутриентами	50	5,00	2,60	1,00	18,00	131,00
Итого		550	83,00	23,90	25,80	72,70	801,00
Обед							
286 (3)	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, приправа сухая*, сметана 15% жирности, соль йодированная, чеснок, лавровый лист	250/5	15,00	1,80	5,80	12,00	110,00
ТТК 48	КУРА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ЯЙЦЕ куриная грудка филе, мука пшеничная высш. сорт, *яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная	100	51,75	15,60	26,30	5,60	356,00
30	СПАГЕТТИ спагетти*, соль йодированная, масло сливочно-сливочное несоленое, вода питьевая	180	9,50	5,50	4,90	34,80	251,00
ТТК 21	ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ чай черный байховый, сахар песок, вода питьевая, шиповник сухой	200/15	3,85	0,30	0,00	16,30	69,00
ГОСТ	ХЛЕБ РЖАНОЙ *хлеб украинский	50	2,90	2,00	0,30	12,70	102,00
Итого		800	83,00	25,20	37,30	81,40	888,00
Всего				49,10	63,10	154,10	1 689,00