

УТВЕРЖДАЮ
ООО НЕМАН



СОГЛАСОВАНО
Директор _____

Меню на « 09 » декабря 2024 г.

6

Возрастная категория 7-11 лет

	Масса п-ции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Каша рисовая с изюмом и м/сл	200/10/10	6.09	10.88	47.99	315.0	43.71
Кофейный напиток с молоком	200	2.8	2.5	13.6	88.0	15.00
Хлеб пшеничный	25	1.9	0.2	12.3	58.5	5.00
Фрукты свежие	100	0.4	0.4	9.8	44.0	10.00
Итого за завтрак:	545	13.19	14.35	93.69	505.5	

Цена 73 рублей 71 копеек

Обед	Масса п-ции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Салат из белокочанной капусты с морковью	30	0.5	1.5	2.7	27.0	8.00
Борщ с капустой и картофелем	200	1.4	4.0	9.9	81.6	14.50
Котлеты рублен из птицы с м/сл	90/5	15.1	19.7	13.4	291.7	29.50
Каша вязкая из крупы "Артек" с м/сл	150/5	4.1	7.6	24.4	181.9	12.00
Компот из свежих плодов	180	0.1	0.1	9.5	40.7	5.00
Хлеб пшеничный	40	3.0	0.3	20.0	94.7	4.00
Хлеб ржаной	20	1.4	0.3	8.0	40.2	3.00
Итого за обед:	720	25.6	33.5	87.9	757.8	

Цена 76 рублей

Возрастная категория 12-18 лет

Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			цена за порцию руб	Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У		
Каша рисовая с изюмом и м/сл	200/10/10	6.09	10.88	47.99	21.0	315.0
Кофейный напиток с молоком	180	2.5	2.2	15.1	15.00	79.2
Хлеб пшеничный	40	3.0	0.2	20.0	5.00	94.8
Хлеб ржаной	20	1.6	0.3	8.0	4.00	41.2
Фрукты свежие	100	0.4	0.4	9.8	10.00	47.0
Итого за завтрак:	560	13.59	13.98	100.89		577.2

Цена 55 руб.

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			цена за порцию руб	Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У		
Салат из белокоч.капусты с морковью	50	0.7	2.5	4.6	8.00	44.9
Борщ с капустой и картофелем	250	1.8	5.0	12.3	14.50	102.1
Котлеты рублен из птицы с м/сл	100/5	16.7	21.5	15.1	29.50	320.7
Каша вязкая из крупы "Артек" с м/сл	180/5	4.7	8.3	28.2	12.00	205.8
Компот из свежих плодов	180	0.1	0.1	9.5	5.00	40.7
Хлеб пшеничный	40	3.1	0.3	20.0	4.00	94.7
Хлеб ржаной	20	1.3	0.3	7.9	3.00	40.2
Итого за обед:	830	28.4	38.0	97.6		849.2

Цена 76 руб.

УТВЕРЖДАЮ

ООО «НЕМАН»

СОГЛАСОВАНО

Директор _____



Меню на « 10 » декабря 2024 г.

7

возрастная категория 7-11 лет

Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена за Порцию в р
		Б	Ж	У		
Овощи натуральные по сезону	60	0.66	0.12	2.28	8.8	6.00
Тефтели мясные	60/50	10.66	14.85	10.71	210.7	44.71
Макаронные изделия отв. с м/сл	150/5	5.6	7.9	35.0	230.8	14.00
Чай с сахаром и лимоном	180/6/6	0.12	0	14.5	21.6	5.00
Хлеб пшеничный	20	1.9	0.2	12.3	58.5	4.00
Итого за завтрак:	537	18.94	23.07	74.79	530.4	

Цена 73 рублей 71 копейк

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена за порцию в р
		Б	Ж	У		
Салат из свеклы отварной	30	0.4	1.8	2.4	28.0	5.00
Суп картофельный с бобовыми горох.	200	4.6	4.4	15.2	117.8	15.00
Фрикадельки из кур с м/сл	90/5	11.8	17.7	7.0	234.9	32.00
Каша рассып.гречневая с м/сл	150/5	4.6	4.9	20.3	142.4	12.00
Компот из сухофруктов	180	0.4	0	27.8	113.7	5.00
Хлеб пшеничный	40	3.0	0.3	20.0	94.7	4.00
Хлеб ржаной	20	2.0	0.4	11.9	60.3	3.00
Итого за обед:	720	26.8	29.5	104.6	791.80	

Цена 76 рублей

возрастная категория 12-18 лет

Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена за порцию в р
		Б	Ж	У		
Тефтели мясные	60/50	10.66	14.85	10.71	210.7	33.00
Макаронные изделия отв. с м/сл	180/5	6.7	9.4	41.8	275.5	11.00
Чай с сахаром и лимоном	200/6/6	0.12	0	14.5	59.2	4.00
Хлеб пшеничный	30	2.3	0.24	14.7	70.2	4.00
Хлеб ржаной	20	1.6	0.3	8.0	41.2	3.00
Итого за завтрак:	557	21.38	24.79	89.71	656.8	

Цена 55 рублей

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена за порцию в р
		Б	Ж	У		
Салат из свеклы отварной	50	0.7	3.0	4.1	46.7	5.00
Суп картофельный с бобовыми гороховый	250	5.8	5.4	19.0	147.3	15.00
Фрикадельки из кур с м/сл	100/5	13.0	19.6	7.7	259.6	32.00
Каша рассып.гречневая с м/сл	180/5	10.0	10.3	44.5	169.96	12.00
Компот из сухофруктов	180	0.4	0	27.8	113.7	5.00
Хлеб пшеничный	40	3.1	0.3	20.0	94.7	4.00
Хлеб ржаной	20	1.3	0.3	7.9	40.2	3.00
Итого за обед:	830	34.3	38.9	131.0	872.16	

Цена 76 рублей

УТВЕРЖДАЮ
ООО НЕМАН

СОГЛАСОВАНО
Директор _____

Меню на « 11 » декабря 2024г.

8

возрастная категория 7-11 лет						
Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена за Порцию
		Б	Ж	У		
Икра кабачковая пром.производства	60	1.0	4.5	3.9	58.5	6.00
Котлеты рубленые из птицы с маслом сливочным	90/5	15.1	19.7	13.4	191.7	30.71
Рис отварной с маслом сливочным	150/5	3.77	5.5	37.9	116.7	14.00
Компот из сухофруктов	200	0.4	0	30.9	110.6	15.00
Хлеб пшеничный	20	1.9	0.2	12.3	46.8	4.00
Хлеб ржаной	20	2.0	0.37	10.0	41.5	4.00
Итого за завтрак:	550	24.17	30.27	108.4	565.5	

Цена 73 рублей 71 копеек

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию р
		Б	Ж	У		
Салат из белокочанной капусты с яблоками	30	0.04	1.5	3.35	27.03	9.80
Рассольник ленинградский	200	1.9	4.1	13.2	97.8	13.50
Птица тушеная в соусе	50/50	13.8	15.1	3.8	213.1	28.70
Макаронные изделия с масл/слив	150/5	5.6	7.9	35.0	230.8	12.00
Сок фруктовый	180	0.9	0.2	18.2	82.2	5.00
Хлеб пшеничный	60	4.5	0.45	30.0	142.05	4.00
Хлеб ржаной	30	3.0	0.45	12.0	60.3	3.00
Итого за обед:	755	29.74	29.7	115.55	853.28	

Цена 76 р

возрастная категория 12-18 лет						
Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Котлеты рубленые из птицы с маслом сливочным	100/5	16.7	21.8	14.8	23.07	322.4
Рис отварной с маслом сливочным	180/5	4.5	6.6	45.2	11.00	258.6
Компот из сухофруктов	200	0.4	0	30.9	13.00	126.3
Хлеб пшеничный	40	3.0	0.2	20.0	5.00	94.8
Хлеб ржаной	20	1.6	0.3	8.0	3.00	41.2
Итого за завтрак:	550	26.2	28.9	118.9		843.3

Цена 55 р

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Салат из белокоч. капусты с яблоками	50	0.7	2.5	5.6	9.8	45.1
Рассольник ленинградский	250	2.3	5.3	16.4	13.50	122.4
Птица тушеная в соусе	50/50	13.8	15.1	3.8	28.70	213.1
Макаронные изделия с м/слив	200/5	7.2	9.4	44.9	12.00	293.2
Компот из свежих плодов	180	0.1	0.1	9.5	5.00	40.7
Хлеб пшеничный	60	4.65	0.45	30.0	4.00	142.05
Хлеб ржаной	40	1.95	0.45	11.85	3.00	60.3
Итого за обед:	885	30.7	33.3	122.05		916.85

Цена 76 р



Директор _____

9

возрастная категория 7-11 лет						
Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена за порцию
		Б	Ж	У		
Оладьи со сгущенным молоком	200/20	16.77	16.15	93.9	286.7	40.81
Кефир	180	5.2	4.5	7.2	90.0	18.00
Фрукты свежие	100	0.4	0.4	9.8	44.0	10.00
Кондитерские изделия	40	3.0	4.0	28.9	166.8	4.90
Итого за завтрак:	540	25.37	25.05	139.8	587.5	
Цена 73 рублей 71 копеек						
Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Винегрет овощной с фасолью	50	0.86	3.57	3.0	47.6	14.00
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2.3	2.2	16.2	94.4	14.00
Зразы куриные с яйцом и зеленью	100	12.8	5.3	2.4	114.8	26.00
Картофель жаренный дольками	150	3.9	13.6	30.2	264.3	10.00
Компот из смеси сухофруктов	180	0.4	0.0	27.8	113.7	5.00
Хлеб пшеничный	40	3.0	0.3	20.0	94.7	4.00
Хлеб ржаной	20	2.0	0.3	8.0	40.2	3.00
Итого за обед:	740	25.26	25.27	107.6	769.7	
Цена 76 рублей						
возрастная категория 12-18 лет						
Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Оладьи с повидлом	225/30	17.9	17.7	110.2	672.3	33.00
Кефир	180	5.2	4.5	7.2	90.0	13.00
Фрукты свежие	100	0.4	0.4	9.8	47.0	9.00
Итого за завтрак:	535	23.5	22.6	127.2	809.3	
Цена 55 рублей						
Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Винегрет овощной с фасолью	100	1.72	7.14	6.01	95.2	14.00
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2.8	2.8	20.2	117.1	14.00
Зразы куриные с яйцом и зеленью	100	12.8	5.3	2.4	114.8	26.00
Картофель жаренный дольками	150	3.9	13.6	30.2	264.3	10.00
Компот из сухофруктов	180	0.4	0	27.8	113.7	5.00
Хлеб пшеничный	40	3.1	0.3	20.0	94.7	4.00
Хлеб ржаной	20	1.3	0.3	7.9	40.2	3.00
Итого за обед:	840	26.02	29.44	114.51	840.0	
Цена 76 рублей						

УТВЕРЖДАЮ
ООО НЕМАН



СОГЛАСОВАНО
Директор _____

Меню на « 13 » декабря 2024 г.

10

возрастная категория 7-11 лет

Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена за порцию
		Б	Ж	У		
Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	210	6.11	10.72	32.38	251.0	39.71
Чай с сахаром и лимоном	200/6/6	0.12	0	14.5	21.9	5.00
Хлеб пшеничный	25	1.9	0.2	12.3	58.5	4.00
Хлеб ржаной	25	2.0	0.37	10.0	51.5	4.00
Ватрушка с творогом	75	9.22	5.48	29.18	202.0	21.00
Итого за завтрак:	547	19.35	16.77	98.36	584.6	

Цена 73 рублей 71 копеек

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию
		Б	Ж	У		
Овощи натуральные по сезону	30	0.2	0	0.5	3.9	14.00
Суп овощной	200	1.3	4.0	7.3	76.2	14.00
Плов из птицы	150/50	16.6	21.3	40.8	422.1	36.00
Компот из свежих плодов	180	0.1	0.1	9.5	40.7	5.00
Хлеб пшеничный	60	4.5	0.45	30.0	142.05	4.00
Хлеб ржаной	30	3.0	0.45	12.0	60.3	3.00
Итого за обед:	700	25.7	26.3	101.1	745.25	

Цена 76 рублей

возрастная категория 12-18 лет

Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию
		Б	Ж	У		
Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	200/10	6.11	10.72	32.38	251.0	26,83
Булочка «Домашняя»	100	7.3	12.5	43.9	318.0	18.17
Чай с сахаром и лимоном	200/6/6	0.12	0	14.5	59.2	4.00
Хлеб пшеничный	40	3.0	0.2	20.0	94.8	3.00
Хлеб ржаной	20	1.6	0.2	8.0	41.2	3.00
Итого за завтрак:	582	18.13	23.72	118.78	764.2	

Цена 55рублей

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию
		Б	Ж	У		
Овощи натуральные по сезону	50	0.4	0	0.8	6.5	14.00
Суп овощной	250	1.6	5.0	9.1	95.4	14.00
Плов из птицы	175/75	20.7	26.6	51.0	527.6	36.00
Компот из свежих плодов	180	0.1	0.1	9.5	40.7	5.00
Хлеб пшеничный	60	4.6	0.45	30.0	142.05	4.00
Хлеб ржаной	40	1.95	0.45	11.85	60.3	3.00
Итого за обед:	830	29.35	32.6	112.25	872.55	

Цена 76 рублей