



Согласовано
Директор АПОУ УР "ТРИТ"
Е.А. Кривоногова

Составлено и Утверждено
Директор ООО "Инари"
И.В. Мустафина



МЕНЮ 13.11.2023г

День: Понедельник
Неделя: Первая
Сезон: Осенне-зимний
Возрастная категория: 15-18 лет

№	Наименование блюда	Выход , г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
362	Пудинг из творога	80/20	15,42	15,42	4,52	0,10	17,45	170,07
302	Каша манная молочная	200	6,07	3,04	7,66	0,29	29,80	212,32
96	масло сливочное	10	0,05	0,05	8,09	0,00	0,08	73,26
	Хлеб пшеничный	80	5,94	0,00	0,70	0,80	35,16	173,81
693	Какао с молоком	200	3,64	2,90	3,34	0,60	4,65	62,41
	Итого за прием		31,12	21,40	24,31	1,79	87,14	691,86
Обед								
40	Салат витаминный	100	2,27	0,37	3,04	0,10	10,00	74,71
137	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	6,34	4,56	5,20	0,39	15,23	133,79
ТТК155	Плов по-узбекски	280	23,81	19,45	31,76	21,77	51,76	591,71
631	Компот из яблок.	200	0,23	0,00	0,21	0,24	32,60	126,80
	Хлеб пшеничный	70	5,20	0,00	0,62	0,70	30,77	152,08
	хлеб славянский	70	4,34	0,00	0,74	0,84	21,28	111,03
	Итого за прием		42,20	24,38	41,57	24,05	161,62	1190,12

Зав. Производством _____ Е.А. Токарева

Согласовано
Директор АПОУ УР "ТРИТ"
Е.А. Кривоногова

Составлено и Утверждено
Директор ООО "Инари"
И.В. Мустафина



МЕНЮ 14.11.23

Вторник
Первая
Осенне-зимний
15-18 лет

День:
Неделя:
Сезон:
Возрастная категория:

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
340	Омлет натуральный	100	8,52	9,06	12,83	0,00	2,06	157,32
302	Каша овсянная "Геркулес"	200	6,59	3,06	9,44	1,78	27,26	219,96
97	Сыр	20	5,15	5,15	5,21	0,00	0,00	67,54
	Хлеб пшеничный	80	5,94	0,00	0,70	0,80	35,16	173,81
685	Чай с молоком	200	1,54	1,45	1,45	0,05	15,79	79,20
	Итого за прием		27,75	18,72	29,63	2,63	80,28	697,83
	Обед							
ТТК56	Помидор свежий.	100	1,08	0,00	0,20	0,20	3,72	20,32
110	Борщ с капустой и картофелем	250	1,82	0,03	3,82	0,22	12,13	89,04
ТТК14	Гуляш из говядины	50/50	14,69	13,98	15,20	0,06	3,86	210,87
516	Макаронные изделия отварные с маслом	200	7,20	0,03	5,63	0,90	44,02	259,61
638	Компот из кураги.	200	0,98	0,00	0,05	0,06	27,45	108,84
	Хлеб пшеничный	100	7,43	0,00	0,88	1,00	43,95	217,26
	хлеб славянский	70	4,34	0,00	0,74	0,84	21,28	111,03
	Итого за прием		37,53	14,04	26,52	3,27	156,42	1016,96

Зав. Производством _____ Е.А. Токарева

Согласовано
 Директор АПОУ УР "ТРИТ"
 Е.А. Кривоногова



Составлено и Утверждено
 Директор ООО "Инари"
 И.В. Мустафина



МЕНЮ 15.11.23

День: Среда
 Неделя: Первая
 Сезон: Осенне-зимний
 Возрастная категория: 15-18 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
413	сосиска отварная	100	9,78	10,40	17,69	0,00	0,73	201,23
205	Картофель в молоке	200	4,33	1,59	5,81	0,55	23,11	163,22
96	масло сливочное	10	0,05	0,05	8,09	0,00	0,08	73,26
	Хлеб пшеничный	80	5,94	0,00	0,70	0,80	35,16	173,81
693	Молоко кипяченое	200	5,75	6,12	5,94	0,00	9,02	110,78
	Итого за прием		25,85	18,16	38,23	1,35	68,10	722,29
Обед								
49	Салат из моркови с черносливом	100	1,65	0,37	3,14	0,20	18,12	103,79
132	Рассольник ленинградский	250	2,52	0,40	6,61	0,39	15,89	133,97
ТТК15	Жаркое по-домашнему	280	19,54	27,26	26,25	0,63	18,29	428,35
631	Компот из груш	200	0,23	0,00	0,16	0,18	32,87	127,31
	Хлеб пшеничный	70	5,20	0,00	0,62	0,70	30,77	152,08
	хлеб славянский	70	4,34	0,00	0,74	0,84	21,28	111,03
	Итого за прием		43,47	28,03	37,52	2,94	137,21	1056,53

Зав. Производством _____ Е.А. Токарева



Согласовано

Директор АПОУ УР "ТРИТ"

Е.А. Кривоногова

Составлено и Утверждено

Директор ООО "Инари"

И.В. Мустафина



МЕНЮ 16.11.2023

День: Четверг
Неделя: Первая
Сезон: Осенне-зимний
Возрастная категория: 15-18 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
360	Сырники из творога с морковью	100/20	17,17	16,49	4,87	0,19	30,75	231,84
302	Каша ячневая молочная	200	6,58	2,78	7,71	0,49	37,76	246,12
	Хлеб пшеничный	80	5,94	0,00	0,70	0,80	35,16	173,81
693	Какао с молоком	200	3,64	2,90	3,61	0,60	22,81	133,81
	Итого за прием		33,33	22,18	16,90	2,09	126,48	785,58
Обед								
50	Салат из свеклы с сыром	100	5,42	4,35	6,96	0,07	5,70	106,03
124	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,73	0,03	3,82	0,22	8,27	74,04
ТТК54	Плов из курицы	280	24,03	20,67	18,64	0,64	41,66	433,63
638	Компот из кураги и чернослива	200	0,83	0,00	0,12	0,14	31,18	123,04
	Хлеб пшеничный	70	5,20	0,00	0,62	0,70	30,77	152,08
	хлеб славянский	70	4,34	0,00	0,74	0,84	21,28	111,03
	Итого за прием		41,55	25,05	30,90	2,61	138,85	999,86

Зав. Производством _____ Е.А. Токарева

Согласовано:
Директор АПОУ УР "ТРИТ"
Е.А. Кривоногова



Составлено и Утверждено
Директор ООО "Инари"
И.В. Мустафина



МЕНЮ 17.11.23

День: Пятница
Неделя: Первая
Сезон: Осенне-зимний
Возрастная категория: 15-18 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
362	Пудинг из творога	80/20	15,42	15,42	4,52	0,10	17,45	170,07
160	Суп молочный с макаронными изделиями	300	6,58	4,36	6,24	0,31	23,84	177,51
96	масло сливочное	10	0,05	0,05	8,09	0,00	0,08	73,26
	Хлеб пшеничный	80	5,94	0,00	0,70	0,80	35,16	173,81
685	Чай с молоком	200	1,54	1,45	1,45	0,05	15,79	79,20
	Итого за прием		29,53	21,28	20,99	1,26	92,32	673,84
Обед								
38	Салат "Летний"	100	2,60	1,77	4,66	0,15	4,27	69,25
139	Суп картофельный с горохом	250	5,18	0,03	4,19	0,64	18,04	131,54
ТТК107	Шницель натуральный рубленый	100	19,43	17,71	15,37	0,24	8,24	249,70
224	Рагу из овощей	200	7,73	3,33	8,64	0,42	20,94	192,00
636	Компот из апельсин.	200	0,51	0,00	0,11	0,12	31,67	123,32
	Хлеб пшеничный	100	7,43	0,00	0,88	1,00	43,95	217,26
	хлеб славянский	70	4,34	0,00	0,74	0,84	21,28	111,03
	Итого за прием		47,21	22,83	34,60	3,42	148,39	1094,09

Зав. Производством _____ Е.А. Токарева