

Утверждено:



ООО «РД ГРУПП»

Щелкунов.Д.В

Согласовано:

Директор ГОУ РК «ФМЛИ»



Н.М.Шутова

МЕНЮ на 17.03.2025г
Понедельник - 1 (город)

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда, г | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал | № ТК |
|----------------|--|--------------|------------------|---------|---------|----------|-----------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Угл., г | | |
| Завтрак | Каша молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" | 250 | 8,21 | 11,47 | 30,67 | 258,83 | ТК №234-П |
| | Сыр полутвердый (порциями) | 15 | 3,48 | 4,43 | 0,00 | 54,60 | ТК №75-П |
| | Масло сливочное порциями (масло сливочное 72,5%) | 20 | 0,16 | 14,50 | 0,26 | 132,20 | ТК №79-П |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,30 | 0,08 | 15,07 | 62,13 | ТК №457-П |
| | Хлеб ржаной "Дарницкий" | 70 | 5,60 | 2,45 | 31,57 | 170,73 | ТК №574-П |
| Второй завтрак | Булочка "Веснушка" | 60 | 4,66 | 3,56 | 32,78 | 181,85 | ТК №473-М |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,30 | 0,08 | 15,07 | 62,13 | ТК №457-П |
| Обед | Огурец свежий | 100 | 0,70 | 0,10 | 1,90 | 11,00 | ТК №54-Т |
| | Борщ с капустой и картофелем | 300 | 2,15 | 6,63 | 13,21 | 121,06 | ТК №62-Т |
| | Тефтели из говядины с рисом "Ежики" | 100 | 20,18 | 12,28 | 12,90 | 242,80 | ТК №350-П |
| | Макаронные изделия отварные | 180 | 8,17 | 6,76 | 50,28 | 294,61 | ТК №256-П |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,38 | 0,00 | 26,18 | 106,22 | ТК №495-П |
| | Хлеб пшеничный "Городской" | 100 | 7,60 | 0,80 | 49,20 | 234,00 | ТК №573-П |
| | Хлеб ржаной "Дарницкий" | 80 | 6,40 | 2,80 | 36,08 | 195,12 | ТК №574-П |

Зав.производством

Ответственный за питание

Белокурова

Лыпова И.Р

Белозерова В.В

Утверждено:

ООО «РД ГРУПП»

Щелкунов.Д.В

Согласовано:

Директор ГОУ РК «ФМЛИ»

Н.М.Шутова

МЕНЮ на 18.03.2025г
Вторник- 1 (город)

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда, г | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал | № ТК |
|----------------|--|--------------|------------------|---------|---------|----------|-----------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Угл., г | | |
| Завтрак | Каша пшеничная молочная жидкая | 250 | 8,40 | 9,86 | 38,42 | 276,04 | ТК №232-П |
| | Сыр полутвердый (порциями) | 15 | 3,48 | 4,43 | 0,00 | 54,60 | ТК №75-П |
| | Масло сливочное порциями (масло сливочное 72,5%) | 20 | 0,16 | 14,50 | 0,26 | 132,20 | ТК №79-П |
| | Чай с лимоном | 200 | 0,24 | 0,05 | 17,18 | 70,94 | ТК №459-П |
| | Хлеб ржаной "Дарницкий" | 70 | 5,60 | 2,45 | 31,57 | 170,73 | ТК №574-П |
| Второй завтрак | Сосиска, запеченная в тесте | 100 | 8,88 | 11,09 | 28,66 | 249,91 | ТК №297-Т |
| | Чай с лимоном | 200 | 0,24 | 0,05 | 17,18 | 70,94 | ТК №459-П |
| Обед | Помидор свежий | 150 | 1,05 | 0,15 | 2,85 | 16,50 | ТК №54-Т |
| | Рассольник ленинградский | 300 | 2,76 | 6,83 | 17,93 | 144,24 | ТК №72-Т |
| | Котлета из курицы | 100 | 19,24 | 16,86 | 11,49 | 274,63 | ТК №372-П |
| | Соус красный основной | 30 | 0,89 | 0,66 | 5,10 | 29,90 | ТК №422-П |
| | Пюре картофельное | 300 | 6,14 | 11,46 | 40,20 | 288,57 | ТК №377-П |
| | Компот из ягод замороженных | 200 | 0,19 | 0,07 | 16,77 | 68,46 | ТК №491-П |
| | Хлеб пшеничный "Городской" | 100 | 7,60 | 0,80 | 49,20 | 234,00 | ТК №573-П |
| | Хлеб ржаной "Дарницкий" | 80 | 6,40 | 1,20 | 32,08 | 164,80 | ТК №574-П |

Зав.производством

Ответственный за питание

Льпорова И.Р

Белозерова В.В

Утверждено:

ООО «РД ГРУПП»

Щелкунов.Д.В



Согласовано:

Директор ГОУ РК «ФМЛИ»

Н.М.Шутова



МЕНЮ на 19.03.2025г

Среда- 1 (город)

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда, г | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал | № ТК |
|----------------|-----------------------------|--------------|------------------|---------|---------|----------|-----------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Угл., г | | |
| Завтрак | Запеканка из творога | 230 | 36,57 | 17,71 | 34,50 | 443,67 | ТК №279-П |
| | Соус молочный сладкий | 30 | 0,74 | 1,28 | 4,49 | 32,39 | ТК №406-П |
| | Сыр полутвердый (порциями) | 15 | 3,48 | 4,43 | 0,00 | 54,60 | ТК №75-П |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,30 | 0,08 | 15,07 | 62,13 | ТК №457-П |
| | Хлеб ржаной "Дарницкий" | 75 | 6,00 | 2,63 | 33,83 | 182,93 | ТК №574-П |
| Второй завтрак | Кекс творожный | 75 | 7,59 | 10,07 | 36,89 | 268,55 | ТК №794 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,30 | 0,08 | 15,07 | 62,13 | ТК №457-П |
| Обед | Огурец свежий | 100 | 0,70 | 0,10 | 1,90 | 11,00 | ТК №54-Т |
| | Суп из овощей | 300 | 2,27 | 6,71 | 12,05 | 117,61 | ТК №116-П |
| | Котлеты из говядины | 100 | 21,09 | 14,73 | 18,12 | 289,47 | ТК №339-П |
| | Соус сметанный с томатом | 30 | 0,67 | 2,97 | 1,98 | 37,30 | ТК №410-П |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 10,21 | 7,07 | 44,60 | 282,96 | ТК №202-П |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,38 | 0,00 | 26,18 | 106,22 | ТК №495-П |
| | Хлеб пшеничный "Городской" | 80 | 6,08 | 0,64 | 39,36 | 187,20 | ТК №573-П |
| | Хлеб ржаной "Дарницкий" | 80 | 6,40 | 1,20 | 32,08 | 164,80 | ТК №574-П |

Зав.производством

Ответственный за питание

Льнорова И.Р

Белозерова В.В

Утверждено:

ООО «РДГРУПП»

Щелкунов.Д.В

Согласовано:

Директор ГОУ РК «ФМЛИ»

Н.М.Шутова

МЕНЮ на 20.03.2025г

Четверг- 1 (город)

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда, г | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал | № ТК |
|----------------|-------------------------------|--------------|------------------|---------|---------|----------|-------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Угл., г | | |
| Завтрак | Макаронны, запеченные с сыром | 230 | 38,86 | 9,44 | 32,78 | 371,53 | ТК №261-П |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,30 | 0,08 | 15,07 | 62,13 | ТК №457-П |
| | Хлеб ржаной "Дарницкий" | 70 | 5,60 | 2,45 | 31,57 | 170,73 | ТК №574-П |
| Второй завтрак | Пирожок с ягодами | 70 | 4,18 | 3,64 | 29,95 | 169,31 | ТК №294/1-Т |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,30 | 0,08 | 15,07 | 62,13 | ТК №457-П |
| Обед | Огурец свежий | 100 | 0,70 | 0,10 | 1,90 | 11,00 | ТК №54-Т |
| | Суп с крупой и томатом | 250 | 2,23 | 3,43 | 15,75 | 102,68 | ТК №109-П |
| | Фрикадельки рыбные | 120 | 14,21 | 1,73 | 7,58 | 102,67 | ТК №165-Т |
| | Макаронные изделия отварные | 180 | 8,17 | 6,76 | 50,28 | 294,61 | ТК №256-П |
| | Компот из свежих яблок | 200 | 0,08 | 0,07 | 17,22 | 69,83 | ТК №486-П |
| | Хлеб пшеничный "Городской" | 100 | 7,60 | 0,80 | 49,20 | 234,00 | ТК №573-П |
| | Хлеб ржаной "Дарницкий" | 80 | 6,40 | 1,20 | 32,08 | 164,80 | ТК №574-П |

Зав.производством

Ответственный за питание

Львова И.Р

Белозерова В.В

Утверждено:

ООО «РД ГРУПП»

Щелкунов, Д.В.



Согласовано:

Директор ГОУ РК «ФМЛИ»

Н.М.Шутова



**МЕНЮ на 21.03.2025г
Пятница- 1 (город)**

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда, г | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал | № ТК |
|----------------|--|--------------|------------------|---------|---------|----------|-------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Угл., г | | |
| Завтрак | Каша вязкая молочная пшеничная с изюмом | 250 | 8,43 | 10,17 | 42,05 | 293,47 | ТК №121-Т |
| | Сыр полутвердый (порциями) | 15 | 3,48 | 4,43 | 0,00 | 54,60 | ТК №75-П |
| | Масло сливочное порциями (масло сливочное 72,5%) | 15 | 0,12 | 10,88 | 0,20 | 99,15 | ТК №79-П |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,30 | 0,08 | 15,07 | 62,13 | ТК №457-П |
| | Хлеб ржаной "Дарницкий" | 70 | 5,60 | 2,45 | 31,57 | 170,73 | ТК №574-П |
| Второй завтрак | Песочник с изюмом | 70 | 5,50 | 8,59 | 42,10 | 267,71 | ТК №300-Т |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,30 | 0,08 | 15,07 | 62,13 | ТК №457-П |
| Обед | Кукуруза консервированная | 100 | 0,70 | 0,10 | 1,90 | 11,00 | №157/1-П |
| | Суп картофельный с рыбой | 300 | 7,79 | 2,42 | 17,52 | 123,12 | ТК №119-П |
| | Запеканка картофельная с говядиной | 300 | 34,54 | 21,69 | 39,49 | 491,34 | ТК №193/1-Т |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,38 | 0,00 | 26,18 | 106,22 | ТК №495-П |
| | Хлеб пшеничный "Городской" | 100 | 7,60 | 0,80 | 49,20 | 234,00 | ТК №573-П |
| | Хлеб ржаной "Дарницкий" | 80 | 6,40 | 1,20 | 32,08 | 164,80 | ТК №574-П |

Зав.производством

Ответственный за питание

Льпорова И.Р

Белозерова В.В

Утверждено:

ООО «РД ГРУПП»

Щелкунов.Д.В

Согласовано:

Директор ГОУ РК «ФМЛИ»

Н.М.Шутова

МЕНЮ на 22.03.2025г

Суббота- 1 (город)

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда, г | Пищевые вещества | | | ЭЦ, ккал | № ТК |
|-----------------------|--|--------------|------------------|---------|---------|----------|-----------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Угл., г | | |
| Завтрак | Каша рисовая молочная жидкая | 250 | 5,91 | 9,45 | 34,82 | 247,96 | ТК №233-П |
| | Масло сливочное порциями (масло сливочное 72,5%) | 20 | 0,16 | 14,50 | 0,26 | 132,20 | ТК №75-П |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,30 | 0,08 | 15,07 | 62,13 | ТК №457-П |
| | Хлеб ржаной "Дарницкий" | 85 | 6,80 | 2,98 | 38,34 | 207,32 | ТК №462-П |
| Второй завтрак | Кондитерские изделия (печенье) | 70 | 3,20 | 3,50 | 36,90 | 191,90 | ТК №580-П |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,30 | 0,08 | 15,07 | 62,13 | ТК №457-П |
| Обед | Помидор свежий | 100 | 0,70 | 0,10 | 1,90 | 11,00 | ТК №54-Т |
| | Рассольник домашний | 300 | 2,68 | 6,80 | 16,05 | 136,20 | ТК №101-П |
| | Печень говяжья по-строгановски | 100 | 25,50 | 7,95 | 21,00 | 259,50 | ТК №356-П |
| | Каша гречневая рассыпчатая / Каша перловая рассыпчатая | 180 | 10,21 | 7,07 | 44,60 | 282,96 | ТК №202-П / ТК №207-П |
| | Компот из ягод замороженных | 200 | 0,19 | 0,07 | 16,77 | 68,46 | ТК №491-П |
| | Хлеб пшеничный "Городской" | 100 | 7,60 | 0,80 | 49,20 | 234,00 | ТК №573-П |
| | Хлеб ржаной "Дарницкий" | 80 | 6,40 | 1,20 | 32,08 | 164,80 | ТК №574-П |

Зав.производством

Ответственный за питание

Льпорова И.Р

Белозерова В.В