

Ежедневное меню

на 1 марта

№ п/п	Наименование блюд	Вес порции /грамм/	Калорийность блюд
1	Каша вязкая /пшенная/	200	165,8
2	Сыр порционный	20	80
3	Компот из смеси сухофруктов	200	124
4	Хлеб пшеничный 1 с	30	63,9
5	Хлеб ржано-пшеничный	30	61,2
	Фрукт /Яблоко/	200	84
Итого:			546,9

Заведующая столовой _____ Г.Н.Холопова

Ежедневное меню

на 2 марта

№ п/п	Наименование блюд	Вес порции /грамм/	Калорийность блюд
1	Плов из птицы	200	151,1
2	Соки плодовые, ягодные	200	88
3	Хлеб пшеничный 1 с	30	63,9
4	Хлеб ржано-пшеничный	30	61,2
5	Булочка с маком	50	115,2
6	Огурцы свежие в нарезке	60	9
Итого:			490,4

Заведующая столовой _____ Г.Н.Холопова

Ежедневное меню

на 3 марта

№ п/п	Наименование блюд	Вес порции /грамм/	Калорийность блюд
1	Суп-лапша домашняя	250	132
2	Масло сливочное порционное	15	175,5
3	Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	81,87
4	Хлеб пшеничный 1 с	30	63,9
5	Хлеб ржано-пшеничный	30	57
6	Печенье	40	103
итого:			557,47

Заведующая столовой _____ **Г.Н.Холопова**

Ежедневное меню

на 4 марта

№ п/п	Наименование блюд	Вес порции /грамм/	Калорийность блюд
1	Каша гречневая рассыпчатая	150	113,8
2	Котлеты, биточки	100	170
3	Соус томатный	50	44
4	Чай с сахаром	200	28
5	Хлеб пшеничный 1 с	30	63,9
6	Хлеб ржано-пшеничный	30	61,2
7	Фрукт /апельсин/	100	43
итого:			523,9

Заведующая столовой _____ **Г.Н.Холопова**

Ежедневное меню

на 5 марта

№ п/п	Наименование блюд	Вес порции /грамм/	Калорийность блюд
1	Картофельное пюре	200	252
2	Гуляш	100	132
3	Какао на сгущенном молоке с сахаром	200	103
4	Хлеб пшеничный 1 с	30	63,9
5	Хлеб ржано-пшеничный	30	61,2
6	Помидор свежий в нарезке	60	10,8
Итого:			622,9

Заведующая столовой _____ Г.Н.Холопова

Ежедневное меню

на 8 марта

№ п/п	Наименование блюд	Вес порции /грамм/	Калорийность блюд
1	Каша вязкая /рисовая/	200	184,9
2	Сыр порционный	20	80
3	Компот из смеси сухофруктов	200	124
4	Хлеб пшеничный 1 с	30	63,9
5	Хлеб ржано-пшеничный	30	61,2
итого:			566

Заведующая столовой _____ **Г.Н.Холопова**

Ежедневное меню

на 9 марта

№ п/п	Наименование блюд	Вес порции /грамм/	Калорийность блюд
1	Бобовые отварные /гороховое пюре/	150	153,1
2	Рыба тушеная в томате с овощами	100	95,5
3	Соки плодовые, ягодные	200	88
4	Хлеб пшеничный 1 с	30	63,9
5	Хлеб ржано-пшеничный	30	61,2
6	Булочка с маком	50	115,2
7	Огурцы свежие в нарезке	60	9
Итого:			585,9

Заведующая столовой _____ Г.Н.Холопова

Ежедневное меню

на 10 марта

№ п/п	Наименование блюд	Вес порции /грамм/	Калорийность блюд
1	Борщ с капустой на костном бульоне	250	106
2	Масло сливочное порционное	15	115,5
3	Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	81,87
4	Хлеб пшеничный 1 с	20	45,2
5	Хлеб ржано-пшеничный	30	57
6	Печенье	40	103
итого:			531,47

Заведующая столовой _____ Г.Н.Холопова

Ежедневное меню

на 11 марта

№ п/п	Наименование блюд	Вес порции /грамм/	Калорийность блюд
1	Макароны отварные	150	157,1
2	Котлета из говядины	100	170
3	Соус томатный	50	44
4	Чай с сахаром	200	28
5	Хлеб пшеничный 1 с	20	45,2
6	Хлеб ржано-пшеничный	30	57
7	Фрукт /банан/	100	89
итого:			613,2

Заведующая столовой _____ Г.Н.Холопова

Ежедневное меню

на 12 марта

№ п/п	Наименование блюд	Вес порции /грамм/	Калорийность блюд
1	Картофельное пюре	200	252
2	Гуляш	100	132
3	Какао на сгущенном молоке с сахаром	200	103
4	Хлеб пшеничный 1 с	30	63,9
5	Хлеб ржано-пшеничный	30	57
6	Фрукт /яблоко/	200	84
итого:			622,9

Заведующая столовой _____ Г.Н.Холопова

