



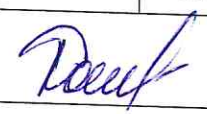
# МЕНЮ

для организации горячего питания обучающихся в муниципальных казенных образовательных учреждениях Лодейнопольского района

Возрастная категория 11 лет и старше

« Н » 08 2021 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность, ккал
		Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6
<b>ЗАВТРАК – 40,00 руб.</b>					
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	200/5	6,32	8,96	34,10	258,15
Бутерброд с колбасой п/к	20/20	4,54	7,82	9,72	127,00
Какао с молоком	200	3,60	3,54	25,00	145,18
Кондитерское изделие (пряник)	20	2,50	2,50	38,75	162,60
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>16,96</b>	<b>22,82</b>	<b>107,57</b>	<b>692,93</b>
<b>ОБЕД – 68,00 руб.</b>					
Салат из свежей моркови с сахаром	100	1,50	0,08	26,50	117,54
Суп картофельный с горохом	250	6,40	4,43	18,25	145,26
Гуляш мясной	50/50	13,10	12,40	8,90	203,52
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180/5	7,58	6,60	39,91	266,94
Компот из изюма с витамином "С"	200	1,00	0,20	29,10	120,00
Хлеб ржано-пшеничный	45	2,47	0,54	16,30	82,03
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>32,05</b>	<b>24,25</b>	<b>138,96</b>	<b>935,29</b>

Зав. производством Кайваничева А.В. 



# МЕНЮ

для организации горячего питания обучающихся в муниципальных казенных образовательных учреждениях Лодейнопольского района

Возрастная категория 11 лет и старше

« 12 » 01 2021 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность, ккал
		Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6
<b>ЗАВТРАК – 40,00 руб.</b>					
Запеканка из творога со сгущенным молоком	120/30	18,00	12,80	22,45	284,88
Бутерброд с маслом сливочным	20/10	1,60	8,61	10,30	136,34
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	65,00
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>19,70</b>	<b>21,41</b>	<b>47,75</b>	<b>486,22</b>
<b>ОБЕД – 68,00 руб.</b>					
Салат из свежей капусты с растительным маслом	100	1,81	5,08	12,65	116,53
Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	4,35	4,50	28,83	177,90
Плов из птицы	200	16,94	10,46	45,74	354,26
Компот из смеси сухофруктов с витамином "С"	200	1,00	0,20	29,10	120,00
Хлеб ржано-пшеничный	45	2,47	0,54	16,30	82,03
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>26,57</b>	<b>20,78</b>	<b>132,62</b>	<b>850,72</b>

Зав. производством Кайваничева А.В. 



# МЕНЮ

для организации горячего питания обучающихся в муниципальных казенных образовательных учреждениях Лодейнопольского района

Возрастная категория 11 лет и старше

« 13 » 01. 2021 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность, ккал
		Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6
<b>ЗАВТРАК – 40,00 руб.</b>					
Тефтели мясные в томатном соусе	60/30	7,65	8,47	10,09	151,50
Греча отварная рассыпчатая с маслом сливочным	150/5	8,40	5,22	34,74	223,20
Огурец свежий	20	0,17	0,02	0,48	2,85
Батон пшеничный обогащенный	20	1,58	1,50	10,30	63,90
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	65,00
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>17,90</b>	<b>15,21</b>	<b>70,61</b>	<b>506,45</b>
<b>ОБЕД – 68,00 руб.</b>					
Салат из свеклы отварной с растительным маслом	100	1,80	8,20	12,00	142,84
Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5	2,40	5,20	15,62	163,24
Котлета рыбная рубленая	100	14,05	16,92	16,84	304,43
Пюре картофельное с маслом сливочным	180/5	5,40	6,34	28,40	221,28
Кисель из концентрата плодового с витамином "С"	200	1,40	0,00	29,00	122,00
Хлеб ржано-пшеничный	45	2,47	0,54	16,30	82,03
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>27,52</b>	<b>37,20</b>	<b>118,16</b>	<b>1035,82</b>

Зав. производством Кайваничева А.В.





# МЕНЮ

для организации горячего питания обучающихся в муниципальных казенных образовательных учреждениях Лодейнопольского района

Возрастная категория 11 лет и старше

« 14 » 01 2021 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность, ккал
		Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6
<b>ЗАВТРАК – 40,00 руб.</b>					
Изделия колбасные вареные (сосиски)	50	5,20	10,45	0,43	115,00
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/5	5,48	5,50	33,26	206,62
Батон пшеничный	20	1,58	1,50	10,30	63,90
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	65,00
Фрукт свежий (яблоко)	100-150	0,80	0,20	25,00	107,64
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>13,16</b>	<b>17,65</b>	<b>83,99</b>	<b>558,16</b>
<b>ОБЕД – 68,00 руб.</b>					
Винегрет овощной с растительным маслом	100	1,80	10,16	10,80	166,15
Суп картофельный с крупой и рыбой	250/7	7,12	3,63	14,00	161,35
Котлета, рубленая из птицы	100	19,00	13,38	11,62	262,25
Картофель и овощи, тушеные в соусе	180	3,73	6,35	26,70	183,82
Напиток лимонный с витамином "С"	200	0,14	0,04	25,20	97,58
Хлеб ржано-пшеничный	45	2,47	0,54	16,30	82,03
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>34,26</b>	<b>34,10</b>	<b>104,62</b>	<b>953,18</b>

Зав. производством Кайваничева А.В.

*Кайваничева А.В.*



# МЕНЮ

для организации горячего питания обучающихся в муниципальных казенных образовательных учреждениях Лодейнополюского района

**Возрастная категория 11 лет и старше**

« 15 » 01 2021 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность, ккал
		Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6
<b>ЗАВТРАК – 40,00 руб.</b>					
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200/5	7,36	10,24	35,44	263,20
Бутерброд с сыром	20/20	6,08	3,44	19,00	136,00
Кофейный напиток с молоком	200	3,20	2,70	15,90	79,00
Кондитерское изделие (вафля)	20	2,50	2,50	38,75	162,60
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>19,14</b>	<b>18,88</b>	<b>109,09</b>	<b>640,80</b>
<b>ОБЕД – 68,00 руб.</b>					
Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/5	2,88	4,90	21,88	147,09
Жаркое по- домашнему	200	18,52	20,68	48,94	468,91
Огурец соленый	100	0,86	0,08	3,40	20,21
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	65,00
Хлеб ржано-пшеничный	45	2,47	0,54	16,30	82,03
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>24,83</b>	<b>26,20</b>	<b>105,52</b>	<b>783,24</b>

Зав. производством Кайваничева А.В.

Кайваничева



# МЕНЮ

для организации горячего питания обучающихся в муниципальных казенных образовательных учреждениях Лодейнопольского района

**Возрастная категория 11 лет и старше**

« 16 » 01 2021 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность, ккал
		Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6
<b>ЗАВТРАК – 40,00 руб.</b>					
Омлет натуральный запечённый	150	14,60	19,70	2,63	266,00
Бутерброд с колбасой п/к	20/20	4,54	7,82	9,72	127,00
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	65,00
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>19,24</b>	<b>27,52</b>	<b>27,35</b>	<b>458,00</b>
<b>ОБЕД – 68,00 руб.</b>					
Салат из свеклы отварной с растительным маслом	100	1,80	8,20	12,00	142,84
Щи из свежей капусты с картофелем, курой и сметаной	250/5/5	3,10	5,83	18,40	142,37
Печень тушеная в соусе	50/50	13,17	7,70	5,50	144,00
Греча отварная рассыпчатая с маслом сливочным	180/5	11,28	6,27	61,69	367,49
Компот из свежих яблок и изюма с витамином "С"	200	0,20	0,10	17,20	68,00
Хлеб ржано-пшеничный	45	2,47	0,54	16,30	82,03
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>32,02</b>	<b>28,64</b>	<b>131,09</b>	<b>946,73</b>

Зав. производством Кайваничева А.В.





# МЕНЮ

для организации горячего питания обучающихся в муниципальных казенных образовательных учреждениях Лодейнопольского района

**Возрастная категория 11 лет и старше**

« 18 » 09 2021 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность, ккал
		Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6
<b>ЗАВТРАК – 40,00 руб.</b>					
Запеканка из творога со сгущенным молоком	120/30	18,00	12,80	22,45	284,88
Бутерброд с маслом сливочным	20/10	1,60	8,61	10,30	136,34
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	65,00
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>19,70</b>	<b>21,41</b>	<b>47,75</b>	<b>486,22</b>
<b>ОБЕД – 68,00 руб.</b>					
Салат из свежей капусты с растительным маслом	100	1,81	5,08	12,65	116,53
Суп картофельный с горохом	250	6,40	4,43	18,25	145,26
Гуляш мясной	50/50	13,10	12,40	8,90	203,52
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180/5	7,58	6,60	39,91	266,94
Компот из смеси сухофруктов с витамином "С"	200	1,00	0,20	29,10	120,00
Хлеб ржано-пшеничный	45	2,47	0,54	16,30	82,03
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>32,36</b>	<b>29,25</b>	<b>125,11</b>	<b>934,28</b>

Зав. производством Кайваничева А.В.





# МЕНЮ

для организации горячего питания обучающихся в муниципальных казенных образовательных учреждениях Лодейнопольского района

**Возрастная категория 11 лет и старше**

« *19* » *01* 2021 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность, ккал
		Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6
<b>ЗАВТРАК – 40,00 руб.</b>					
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200/5	7,44	8,00	36,56	241,60
Батон пшеничный	20	1,58	1,50	10,30	63,90
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	65,00
Йогурт «Растишка» в стаканчике 3,0%	110	2,90	3,20	4,00	59,00
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>12,02</b>	<b>12,70</b>	<b>65,86</b>	<b>429,50</b>
<b>ОБЕД – 68,00 руб.</b>					
Винегрет овощной с растительным маслом	100	1,80	10,16	10,80	166,15
Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5	2,40	5,20	15,62	163,24
Котлета рыбная рубленая	100	14,05	16,92	16,84	304,43
Пюре картофельное с маслом сливочным	180/5	5,40	6,34	28,40	221,28
Напиток яблочный с витамином "С"	200	0,08	0,08	26,12	101,30
Хлеб ржано-пшеничный	45	2,47	0,54	16,30	82,03
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>26,20</b>	<b>39,24</b>	<b>114,08</b>	<b>1038,43</b>

Зав. производством Кайваничева А.В.





# МЕНЮ

для организации горячего питания обучающихся в муниципальных казенных образовательных учреждениях Лодейнопольского района

Возрастная категория 11 лет и старше

« 20 » 01 2021 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность, ккал
		Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6
<b>ЗАВТРАК – 40,00 руб.</b>					
Тефтели мясные в томатном соусе	60/30	7,65	8,47	10,09	151,50
Греча отварная рассыпчатая с маслом сливочным	150/5	8,40	5,22	34,74	223,20
Огурец свежий	20	0,17	0,02	0,48	2,85
Батон пшеничный	20	1,58	1,50	10,30	63,90
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	65,00
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>17,90</b>	<b>15,21</b>	<b>70,61</b>	<b>506,45</b>
<b>ОБЕД – 68,00 руб.</b>					
Салат из квашеной капусты с растительным маслом	100	1,71	5,00	8,46	85,70
Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	4,35	4,50	28,83	177,90
Котлета, рубленая из птицы	100	19,00	13,38	11,62	262,35
Картофель и овощи, тушенные в соусе	180	3,73	6,35	26,70	183,82
Кисель из концентрата плодового с витамином "С"	200	1,40	0,00	29,00	122,00
Хлеб ржано-пшеничный	45	2,47	0,54	16,30	82,03
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>32,66</b>	<b>29,77</b>	<b>120,91</b>	<b>913,80</b>

Зав. производством Кайваничева А.В.



# МЕНЮ

для организации горячего питания обучающихся в муниципальных казенных образовательных учреждениях Лодейнопольского района

Возрастная категория 11 лет и старше

« 21 » 01 2021 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность, ккал
		Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6
<b>ЗАВТРАК – 40,00 руб.</b>					
Омлет натуральный запечённый	150	14,60	19,70	2,63	266,00
Бутерброд с колбасой п/к	20/20	4,54	7,82	9,72	127,00
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	65,00
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>19,24</b>	<b>27,52</b>	<b>27,35</b>	<b>458,00</b>
<b>ОБЕД – 68,00 руб.</b>					
Салат из свеклы отварной с растительным маслом	100	1,80	8,20	12,00	142,84
Суп картофельный с фасолью	250	6,40	4,43	28,25	185,26
Бефстроганов из филе птицы	50/50	11,78	10,12	2,93	150,00
Рис отварной с маслом сливочным	180/5	7,87	6,60	39,91	267,28
Компот из изюма с витамином "С"	200	1,00	0,20	29,10	100,00
Хлеб ржано-пшеничный	45	2,47	0,54	16,30	82,03
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>31,32</b>	<b>30,09</b>	<b>128,49</b>	<b>927,41</b>

Зав. производством Кайваничева А.В.



# МЕНЮ

для организации горячего питания обучающихся в муниципальных казенных образовательных учреждениях Лодейнопольского района

**Возрастная категория 11 лет и старше**

« *22* » *01* 2021 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность, ккал
		Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6
<b>ЗАВТРАК – 40,00 руб.</b>					
Изделия колбасные вареные (сосиски)	50	5,20	10,45	0,43	115,00
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/5	5,48	5,50	33,26	206,62
Батон пшеничный	20	1,58	1,50	10,30	63,90
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	65,00
Фрукт свежий (яблоко)	100-150	0,80	0,20	25,00	107,64
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>13,16</b>	<b>17,65</b>	<b>83,99</b>	<b>558,16</b>
<b>ОБЕД – 68,00 руб.</b>					
Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/5	3,10	5,83	18,40	142,37
Жаркое по-домашнему	200	18,52	20,68	48,94	468,91
Огурец соленый	100	0,86	0,08	3,40	20,21
Напиток лимонный с витамином "С"	200	0,14	0,04	25,20	97,58
Хлеб ржано-пшеничный	45	2,47	0,54	16,30	82,03
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>25,09</b>	<b>27,17</b>	<b>112,24</b>	<b>811,10</b>

Зав. производством Кайваничева А.В. *Кайваничева*



# МЕНЮ

для организации горячего питания обучающихся в муниципальных казенных образовательных учреждениях Лодейнопольского района

Возрастная категория 11 лет и старше

« 23 » 01 2021 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность, ккал
		Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6
<b>ЗАВТРАК – 40,00 руб.</b>					
Каша овсяная молочная с маслом сливочным	200/5	7,92	10,20	33,00	256,00
Бутерброд с сыром	20/20	6,08	3,44	19,00	136,00
Кофейный напиток с молоком	200	3,20	2,70	15,90	79,00
Кондитерское изделие (печенье овсяное)	20	2,50	2,50	38,75	162,60
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>19,70</b>	<b>18,84</b>	<b>106,65</b>	<b>633,60</b>
<b>ОБЕД – 68,00 руб.</b>					
Винегрет овощной с растительным маслом	100	1,80	10,16	10,80	166,15
Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/5	2,88	4,90	21,88	147,09
Печень тушеная в соусе	50/50	13,17	7,70	5,50	144,00
Греча отварная рассыпчатая с маслом сливочным	180/5	11,28	6,27	61,69	367,49
Компот из смеси сухофруктов с витамином "С"	200	1,00	0,20	29,10	120,00
Хлеб ржано-пшеничный	45	2,47	0,54	16,30	82,03
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>32,60</b>	<b>29,77</b>	<b>145,27</b>	<b>1026,76</b>

Зав. производством Кайваничева А.В.