

**Недельное меню рациона горячего питания (завтрак, обед)  
Предуниверсарий**

|                                     |                         |                     |              |             |                      |
|-------------------------------------|-------------------------|---------------------|--------------|-------------|----------------------|
| <b>День: Понедельник 27.09.2021</b> |                         |                     |              |             |                      |
| <b>Полдник Ккал:203</b>             |                         |                     |              |             |                      |
| <b>Выход в гр.</b>                  | <b>Наименование</b>     | <b>Калорийность</b> | <b>Белки</b> | <b>Жиры</b> | <b>Углево<br/>ды</b> |
| 150                                 | Апельсин                | 43                  | 0,9          | 0,1         | 8,1                  |
| 200                                 | Компот клубничный       | 57                  |              |             |                      |
| <b>Обед Ккал:819</b>                |                         |                     |              |             |                      |
|                                     | <b>Холодные закуски</b> |                     |              |             |                      |
| 100                                 | Салат Лечо              | 89,9                | 1            | 6,9         | 23,65                |
| <b>Первые блюда</b>                 |                         |                     |              |             |                      |
| 250                                 | Лапша домашняя          | 130                 | 5,28         | 2,6         | 23,54                |
| <b>Вторые блюда</b>                 |                         |                     |              |             |                      |
| 220                                 | Перец фаршированный     | 88,4                | 20           | 6,2         | 5,7                  |
| <b>Напитки</b>                      |                         |                     |              |             |                      |
| 200                                 | Морс клубничный         | 57                  |              |             |                      |
| <b>Хлеб, выпечка</b>                |                         |                     |              |             |                      |
| 40                                  | Хлеб пшеничный          | 104,80              | 3,00         | 1,16        | 20,56                |
| 20                                  | Хлеб ржано-пшеничный    | 46,40               | 1,12         | 0,22        | 9,88                 |

|                                 |                               |                          |              |             |                      |
|---------------------------------|-------------------------------|--------------------------|--------------|-------------|----------------------|
| <b>День: Вторник 28.09.2021</b> |                               |                          |              |             |                      |
| <b>Полдник Ккал:229</b>         |                               |                          |              |             |                      |
| <b>Выход в гр.</b>              | <b>Наименование</b>           | <b>Калорийност<br/>ь</b> | <b>Белки</b> | <b>Жиры</b> | <b>Углевод<br/>ы</b> |
| 100                             | Грушка                        | 47                       | 0,4          | 0,3         | 10,3                 |
| 200                             | Сок яблочный ДП               | 92                       | 2            | 0,2         | 20,2                 |
| <b>Обед Ккал:935</b>            |                               |                          |              |             |                      |
| <b>Выход в гр.</b>              | <b>Холодные закуски</b>       |                          |              |             |                      |
| 100                             | Красная сирень                | 143,19                   | 1,05         | 15,14       | 10,35                |
| <b>Первые блюда</b>             |                               |                          |              |             |                      |
| 250                             | Щи из свежей капусты          | 52,4                     | 2,1          | 3,2         | 3,8                  |
| <b>Вторые блюда</b>             |                               |                          |              |             |                      |
| 75/50                           | Тефтели в кисло-сладком соусе | 202,2                    | 10,7         | 16,4        | 3,1                  |
| <b>Гарнир</b>                   |                               |                          |              |             |                      |
| 150                             | Гречка                        | 266,74                   | 7,6          | 8,15        | 40,76                |
| <b>Напитки</b>                  |                               |                          |              |             |                      |
| 200                             | Морс облепиховый              | 44,91                    | 0,1          | 0,2         | 0,2                  |
| <b>Хлеб, выпечка</b>            |                               |                          |              |             |                      |
| 40                              | Хлеб пшеничный                | 104,80                   | 3,00         | 1,16        | 20,56                |
| 20                              | Хлеб ржано-пшеничный          | 46,40                    | 1,12         | 0,22        | 9,88                 |

Директор Предуниверсария  
Технолог  
Ген. Директор



**Недельное меню рациона горячего питания (завтрак, обед)  
Предуниверсарий**

|                               |                         |                     |              |             |                      |
|-------------------------------|-------------------------|---------------------|--------------|-------------|----------------------|
| <b>День: среда 29.09.2021</b> |                         |                     |              |             |                      |
| <b>Полдник Ккал:323</b>       |                         |                     |              |             |                      |
| <b>Выход<br/>в гр.</b>        | <b>Наименование</b>     | <b>Калорийность</b> | <b>Белки</b> | <b>Жиры</b> | <b>Углево<br/>ды</b> |
| 100                           | Пирог с капустой        | 214                 | 4,4          | 7,1         | 33,6                 |
| 200                           | Шиповник                | 109                 | 1,6          | 0,7         | 22,4                 |
| <b>Обед Ккал:801,4</b>        |                         |                     |              |             |                      |
|                               | <b>Холодные закуски</b> |                     |              |             |                      |
| 100                           | Капустный с морковью    | 146,28              | 1,05         | 15,14       | 12,35                |
| <b>Первые блюда</b>           |                         |                     |              |             |                      |
| 250                           | Рассольник              | 40,4                | 0,9          | 1,6         | 5,9                  |
| <b>Вторые блюда</b>           |                         |                     |              |             |                      |
| 100                           | Свинная отбивная        | 251,9               | 14,8         | 19,5        | 4,2                  |
| <b>Гарнир</b>                 |                         |                     |              |             |                      |
| 150                           | Рис с овощами           | 134,1               | 2,2          | 4           | 22,2                 |
| <b>Напитки</b>                |                         |                     |              |             |                      |
| 200                           | Компот ягодный          | 17,9                | 0,1          | 0           | 4,4                  |
| <b>Хлеб, выпечка</b>          |                         |                     |              |             |                      |
| 40                            | Хлеб пшеничный          | 104,80              | 3,00         | 1,16        | 20,56                |
| 20                            | Хлеб ржано-пшеничный    | 46,40               | 1,12         | 0,22        | 9,88                 |

|                                 |                          |                     |              |             |                      |
|---------------------------------|--------------------------|---------------------|--------------|-------------|----------------------|
| <b>День: четверг 30.09.2021</b> |                          |                     |              |             |                      |
| <b>Полдник Ккал:282</b>         |                          |                     |              |             |                      |
| <b>Выход<br/>в гр.</b>          | <b>Наименование</b>      | <b>Калорийность</b> | <b>Белки</b> | <b>Жиры</b> | <b>Углевод<br/>ы</b> |
| 150                             | Пирог с картошкой        | 190                 | 5,5          | 5           | 31,5                 |
| 200                             | Компот из сухофруктов    | 92                  | 2            | 0,2         | 20,2                 |
| <b>Обед Ккал:755</b>            |                          |                     |              |             |                      |
|                                 | <b>Холодные закуски</b>  |                     |              |             |                      |
| 100                             | Овощной микс             | 90,2                | 1,9          | 6           | 7,5                  |
| <b>Первые блюда</b>             |                          |                     |              |             |                      |
| 250                             | Суп гороховый            | 66                  | 4,4          | 2,4         | 8,9                  |
| <b>Вторые блюда</b>             |                          |                     |              |             |                      |
| 100                             | Печень в сливочном соусе | 158,9               | 13,7         | 10,5        | 2,6                  |
| <b>Гарнир</b>                   |                          |                     |              |             |                      |
| 150                             | Картофельное пюре        | 75                  | 2,1          | 0,8         | 14,7                 |
| <b>Напитки</b>                  |                          |                     |              |             |                      |
| 200                             | Компот из сухофруктов    | 41,3                | 0,1          | 0           | 10,4                 |
| <b>Хлеб, выпечка</b>            |                          |                     |              |             |                      |
| 40                              | Хлеб пшеничный           | 104,80              | 3,00         | 1,16        | 20,56                |
| 20                              | Хлеб ржано-пшеничный     | 46,40               | 1,12         | 0,22        | 9,88                 |

Директор Предуниверсария  
Технолог  
Ген. Директор



**Недельное меню рациона горячего питания (завтрак, обед)**  
**Предуниверсарий**

|                                |                         |                     |              |             |                      |
|--------------------------------|-------------------------|---------------------|--------------|-------------|----------------------|
| <b>День: Пятница 1.10.2021</b> |                         |                     |              |             |                      |
| <b>Полдник Ккал:389</b>        |                         |                     |              |             |                      |
| <b>Выход<br/>в гр.</b>         | <b>Наименование</b>     | <b>Калорийность</b> | <b>Белки</b> | <b>Жиры</b> | <b>Углево<br/>ды</b> |
| 150                            | Плюша Московская        | 330                 | 7,6          | 8,7         | 57,2                 |
| 200                            | Компот яблочный         | 59                  |              |             |                      |
| <b>Обед Ккал:809</b>           |                         |                     |              |             |                      |
|                                | <b>Холодные закуска</b> |                     |              |             |                      |
| 100                            | Морковный с изюмом      | 128                 | 2,9          | 0,2         | 31,3                 |
| <b>Первые блюда</b>            |                         |                     |              |             |                      |
| 250                            | Лапша домашняя          | 130                 | 5,28         | 2,6         | 23,54                |
| <b>Вторые блюда</b>            |                         |                     |              |             |                      |
| 220                            | Рыба под маринадом      | 120,4               | 10,7         | 5,3         | 7,3                  |
| <b>Напитки</b>                 |                         |                     |              |             |                      |
| 200                            | Компот ягод             | 59                  |              |             |                      |
| <b>Хлеб, выпечка</b>           |                         |                     |              |             |                      |
| 40                             | Хлеб пшеничный          | 104,80              | 3,00         | 1,16        | 20,56                |
| 20                             | Хлеб ржано-пшеничный    | 46,40               | 1,12         | 0,22        | 9,88                 |

Директор Предуниверсарий  
Технолог  
Ген. Директор

