

Утверждаю:

Директор ГБУ "Социально-реабилитационный  
центр для несовершеннолетних" Бежецкого  
района



/Кравченко  
И.С./

## МЕНЮ «02» октября 2021 г.

Наименование блюда	Выход порции (грамм) / Энергетическая ценность, ккал		
	3-7 лет	7-11 лет	11-18 лет
<b>ЗАВТРАК</b>			
Сырники из творога со сметаной	140/349,5	200/499,3	200/499,3
Чай с сахаром и лимоном	200/46,08	200/46,08	200/46,08
Хлеб пшеничный	23/65,6	43/112,6	60/157,2
Масло порционное	4/26,2	11/72,2	13/85,3
<b>II ЗАВТРАК*</b>			
Банан	100/96	200/192	200/192
<b>ОБЕД</b>			
Свекольник со сметаной	200/103,26	250/129,45	300/155,34
Капуста тушеная	180/162,75	200/188,45	200/188,45
Тефтели из говядины	70/174,7	90/224,64	110/274,56
кисель	200/136,8	200/136,8	200/136,8
Хлеб ржаной	25/50,25	40/80,4	60/120,6
Хлеб пшеничный	23/65,6	43/112,6	60/157,2
<b>ПОЛДНИК</b>			
бутерброд с вареной колбасой	60/155,4	80/207,2	80/207,2
Чай с сахаром	200/46,08	200/46,08	200/46,08
Зефир	40/13	20/65,2	40/130
<b>УЖИН</b>			
Плов с курицей	110/222,97	150/304,05	210/425,67
Сок яблочный	130/50,25	200/110	200/110
хлеб ржаной	25/50,25	40/80,4	60/120,6
Хлеб пшеничный	23/65,6	43/112,6	60/157,2
<b>II УЖИН</b>			
Кефир	150/93,72	150/93,72	180/106,2

\* Допускается выдавать фрукты в обед или полдник



Утверждаю:

Директор ГБУ "Социально-реабилитационный  
центр для несовершеннолетних" Бежецкого  
района

/Кравченко  
И.С./

## МЕНЮ «03» октября 2021 г.

Наименование блюда	Выход порции (грамм)/ энергетическая ценность, ккал		
	3-7 лет	7-11 лет	11-18 лет
<b>ЗАВТРАК</b>			
Каша манная молоч. жидкая	180/188,17	180/188,17	200/209,08
Масло порционное	4/26,2	11/72,2	13/85,3
Сыр порционный	10/36,4	17/61,8	21/76,44
Какао	200/117,08	200/117,08	200/117,08
хлеб пшеничный	23/65,6	43/112,6	60/157,2
<b>II ЗАВТРАК*</b>			
Бананы	100/72	200/144	200/144
<b>ОБЕД</b>			
Салат свекольный с чесноком	80/86,32	80/86,32	100/107,9
Суп гороховый с гречками	200/101,96	240/122,35	280/142,74
Голубцы ленивые с отвар. мясом	150/218,36	200/291,14	200/291,14
Сок фруктовый	130/50,25	200/110	200/110
Хлеб ржаной	25/50,25	40/80,4	60/120,6
Хлеб пшеничный	23/65,6	43/112,6	60/157,2
<b>ПОЛДНИК</b>			
Печенье	60/207,2	20/55,2	45/116,55
молоко	200/108	200/108	150/81
Яйцо куриное отварное	1/80	1/80	1/80
<b>УЖИН</b>			
Котлеты рыбные "любительские"	65/83,06	80/102,22	120/153,34
Рагу овощное	190/170,68	200/181,12	220/199,32
компот из с/ф	200/112,98	200/112,98	200/112,98
Хлеб ржаной	25/50,25	40/80,4	60/120,6
Хлеб пшеничный	23/65,6	43/112,6	60/157,2
<b>II УЖИН</b>			
кефир	150/93,72	150/93,72	180/106,2

\* Допускается выдавать фрукты в обед или полдник



Утверждаю:

Директор ГБУ "Социально-реабилитационный  
центр для несовершеннолетних" Бежецкого  
района



/Кравченко  
И.С./

## МЕНЮ «04» октября 2021 г.

Наименование блюда	Выход порции (грамм)/ энергетическая ценность, ккал		
	3-7 лет	7-11 лет	11-18 лет
<b>ЗАВТРАК</b>			
Каша "Дружба"	180/210,46	180/210,46	200/233,84
Масло порционное	4/26,2	11/72,2	13/85,3
Кофейный напиток	170/118,49	200/139,4	200/139,4
Хлеб пшеничный	23/65,6	43/112,6	60/157,2
<b>II ЗАВТРАК*</b>			
Груши	100/47	200/94	200/94
Зефир	40/13	20/65,2	40/130
<b>ОБЕД</b>			
Сельдь с луком и растительным мас.	35/44,21	80/192,06	105/252,08
Суп крестьянский со сметаной	200/85,6	250/107	300/128,4
бефстроганов из говядины в соусе	70/198,37	90/255,04	100/283,38
Картофельное пюре	160/149,17	200/186,48	200/186,48
Компот из с/ф	200/112,98	200/112,98	200/112,98
Хлеб ржаной	25/50,25	40/80,4	60/120,6
Хлеб пшеничный	23/65,6	43/112,6	60/157,2
<b>ПОЛДНИК</b>			
Ватрушка с творогом	100/287,14	60/172,28	75/215,36
Сок	130/50,25	150/110	200/110
<b>УЖИН</b>			
Колбаса вареная	60/130,5	70/152,25	80/169,2
Сборная солянка из овощей	170/127,87	180/135,97	220/165,48
Чай с сахаром	200/46,08	200/46,08	200/46,08
Хлеб ржаной	25/50,25	40/80,4	60/120,6
хлеб пшеничный	23/65,6	43/112,6	60/157,2
<b>II УЖИН</b>			
Кефир	150/93,72	150/93,72	180/106,2

\* Допускается выдавать фрукты в обед или полдник



Утверждаю:

Директор ГБУ "Социально-реабилитационный  
центр для несовершеннолетних" Бежецкого  
района



/Кравченко  
И.С./

## МЕНЮ «05» октября 2021 г.

Наименование блюда	Выход порции (грамм)/ энергетическая ценность, ккал		
	3-7 лет	7-11 лет	11-18 лет
<b>ЗАВТРАК</b>			
Каша геркулесовая молочная	180/200,52	180/200,52	200/222,8
масло порционное	4/26,44	11/72,1	13/85,93
Сыр порционный	10/36,4	17/61,88	21/76,44
Кофейный напиток	200/139,4	200/139,4	200/139,4
Хлеб пшеничный	23/65,5	43/112,6	60/157,2
<b>II ЗАВТРАК*</b>			
Апельсины	100/38	200/76	200/76
печенье	80/402	20/83,4	45/200,5
<b>ОБЕД</b>			
Салат из капусты и моркови	80/72,74	80/72,74	100/90,93
Суп рыбный	200/83,44	250/104,3	300/125,16
Печень по-строгановски	70/239,5	80/273,72	100/342,15
Каша гречневая рассыпчатая	140/268,99	150/242,2	170/275,33
сок	130/71,5	200/110	200/110
Хлеб ржаной	25/50,25	40/80,4	60/120,6
Хлеб пшеничный	23/65,5	43/112,6	60/157,2
<b>ПОЛДНИК</b>			
Пудинг творожный	140/295,16	170/358,4	210/442,74
Повидло	20/65,6	14/45,92	18/59,04
чай с сахаром и лимоном	200/46,08	200/46,08	200/46,08
<b>УЖИН</b>			
Котлеты рубленые куриные	45/139,24	80/231,7	120/347,26
Капуста тушеная	180/162,76	220/188,45	220/188,45
Кисель	200/136,8	200/136,8	200/136,8
Хлеб ржаной	25/50,25	40/80,4	60/120,6
Хлеб пшеничный	23/65,6	43/112,6	60/157,2
<b>II УЖИН</b>			
Кефир	150/93,72	150/93,72	180/106,2

\* Допускается выдавать фрукты в обед или полдник



Утверждаю:

Директор ГБУ "Социально-реабилитационный  
центр для несовершеннолетних" Бежецкого  
района



/Кравченко  
И.С./

## МЕНЮ «06» октября 2021 г.

Наименование блюда	Выход порции (грамм)/ энергетическая ценность, ккал		
	3-7 лет	7-11 лет	11-18 лет
<b>ЗАВТРАК</b>			
Омлет натуральный ,запеченный	105/197,6	185/332,51	210/377,24
Масло порционное	4/26,44	11/72,1	13/85,93
Какао	200/117,42	200/117,42	200/117,42
Хлеб пшеничный	23/65,5	43/80,4	60/157,2
<b>II ЗАВТРАК*</b>			
Груши	100/47	200/94	200/94
Зефир	60/195,2	20/65,2	40/130
<b>ОБЕД</b>			
Икра кабачковая	70/50,4	80/57	100/72
суп с клецками на курином бульоне	200/139,24	250/338	300/405,24
Котлета рыбная "любительская"	65/83,06	80/102,2	120/153,34
Макароны отварные с маслом	120/173,51	150/214,6	200/289,18
Компот из с/ф	200/112,98	200/112,98	200/112,98
Хлеб ржаной	25/50,25	40/80,4	60/120,6
Хлеб пшеничный	23/65,6	43/112,6	60/157,2
<b>ПОЛДНИК</b>			
Винегрет с раст. маслом	80/74,24	80/74,24	100/92,8
Сок фруктовый	130/71,5	200/110	200/110
Виноград	100/47	200/94	200/94
<b>УЖИН</b>			
салат из моркови с растительным маслом	80/85,41	80/85,41	100/106,76
Жаркое по -домашнему с мясом	150/248,58	200/338,44	200/338,44
Чай с сахаром	200/46,08	200/46,08	200/46,08
Хлеб ржаной	25/50,25	40/80,4	60/12,6
Хлеб пшеничный	23/65,5	43/112,6	60/157,2
<b>II УЖИН</b>			
Кефир	150/93,72	150/93,72	180/153,00

\* Допускается выдавать фрукты в обед или полдник



Утверждаю:

Директор ГБУ "Социально-реабилитационный  
центр для несовершеннолетних" Бежецкого  
района



/Кравченко  
И.С./

## МЕНЮ «07» октября 2021 г.

Наименование блюда	Выход порции (грамм)/ энергетическая ценность, ккал		
	3-7 лет	7-11 лет	11-18 лет
<b>ЗАВТРАК</b>			
Пшенная каша	180/215,23	180/215,32	200/239,14
Масло порционное	4/26,44	11/72,1	13/85,93
Сыр порционный	10/36,4	17/61,88	21/76,44
Кофейный напиток	200/139,4	200/139,4	200/139,4
Хлеб пшеничный	23/65,6	43/112,6	60/157,2
<b>II ЗАВТРАК*</b>			
Груши	100/43	200/86	200/86
Виноград	100/47	200/94	200/94
<b>ОБЕД</b>			
Суп картофельный с фрикадельками	200/126	250/157,5	300/186,89
Суфле из рыбы	65/102,53	100/157,7	120/189,29
рагу овощное	190/170,68	200/199,32	220/199,32
сок	130/71,5	200/110	200/110
Хлеб ржаной	25/50,25	40/80,4	60/120,6
Хлеб пшеничный	23/65,6	43/112,6	60/157,2
<b>ПОЛДНИК</b>			
Бутерброд с колбасой	60/155,4	80/207,2	80/207,2
Печенье сдобное	60/207,2	20/55,2	45/116,55
Молоко	200/108	200/108	200/108
<b>УЖИН</b>			
Тефтели из говядины	70/174,2	90/224,64	110/274,56
пюре картофельное	160/149,17	200/186,46	200/186,46
чай с сахаром и лимоном	200/46,08	200/46,08	200/46,08
Хлеб ржаной	25/50,25	40/80,4	60/120,6
Хлеб пшеничный	23/65,6	43/112,6	60/157,2
<b>II УЖИН</b>			
Кефир	150/93,72	150/93,72	180/153,00

\* Допускается выдавать фрукты в обед или полдник



Утверждаю:

Директор ГБУ "Социально-реабилитационный центр  
для несовершеннолетних" Бежецкого района

/Кравченко  
И.С./

## МЕНЮ «08» октября 2021 г.

Наименование блюда	Выход порции (грамм)/ энергетическая ценность, ккал		
	3-7 лет	7-11 лет	11-18 лет
<b>ЗАВТРАК</b>			
Каша овсяная	180/200,52	180/200,52	200/222,8
Масло порционное	4/26,44	11/72,1	13/85,93
Кофейный напиток	200/139,4	200/139,4	200/139,4
Хлеб пшеничный	23/65,6	43/112,6	60/157,2
<b>II ЗАВТРАК*</b>			
Бананы	100/47	200/94	200/94
Виноград	100/47	200/94	200/94
<b>ОБЕД</b>			
Сельдь с луком и раст. маслом	35/44,21	80/192,06	105/252,08
Суп гороховый с гречками	200/127,98	240/187,33	280/195,14
Плов с курицей	110/222,97	150/304,05	210/425,67
Компот из сухофруктов	200/112,98	200/112,98	200/112,98
Хлеб ржаной	25/50,25	40/80,4	60/120,9
Хлеб пшеничный	23/65,5	43/112,6	60/157,2
<b>ПОЛДНИК</b>			
Сырники с повидлом	150/374,5	180/449,3	200/499,3
чай с сахаром и лимоном	200/46,08	200/46,08	200/46,08
<b>УЖИН</b>			
салат из капусты и моркови с раст. маслом	80/72,74	80/72,74	100/90,93
Гуляш из мяса отварного	100/170,55	150/243,64	150/243,64
Макароны отварные, с маслом	120/173,51	150/216,88	200/289,18
сок	130/71,5	200/110	200/110
Хлеб ржаной	25/50,25	40/80,4	60/120,6
Хлеб пшеничный	23/65,5	43/112,6	60/157,2
<b>II УЖИН</b>			
Кефир	150/93,72	150/93,72	180/106,2

\* Допускается выдавать фрукты в обед или полдник