

06.10.2025г

Согласованно Директор

Утверждаю
Генеральный директор АО "Комбинат питания"
Петрова И.А.

Неделя: Третья

День: Понедельник

Вариант № 11

Прием пищи № рецептур ы	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергети ческая ценность	Пищевые вещества			Минеральные вещества, мг				Витамины, мг				
					Белки	Жиры	Углевод ы	Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	A(рет.эк в/сут)	C	E
Завтрак 7-11 лет																
161	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы ,м/сл 200/5	205	60,17	216,93	6,34	3,95	39,29	205,8	0,35	23	80,59	0,16	0,1	0	12	1,01
4	Сыр порциями	10	13,44	65,72	0,1	7,2	0,13	2,4	0,2	2,64	3	0,04	0,01	40	1,67	0,1
5	Яйцо вареное	50	12,60	62,84	5,08	1,6	0,28	22	1	4,8	76,8	0,03	0,18	135	0	0,24
101	Какао с молоком	200	27,19	125,11	3,78	6,5	26	33,33	0,9	15,56	71,11	0,02	0,02	0	1,33	0,5
	Хлеб пшеничный йодированный	50	6,60	116,9	3,95	0,5	18,05	11,5	0,55	16,5	43,5	0,05	0,04	0	0	0,65
Итого расчетная стоимость		120,00														
Итого завтрак		515	120,00	587,5	19,25	19,75	83,75	275	3	62,5	275	0,3	0,35	175	15	2,5
Завтрак 12-18 лет																
161	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы ,м/сл 250/5	255	62,62	204,28	6,9	1,07	43,27	229,2	0,71	26,1	87,19	0,21	0,31	45,9	13,92	1,7
4	Сыр порциями	15	20,16	94,67	1,21	8,67	0,53	3	0	0	4	0	0	79,1	2,25	0,1
5	Яйцо вареное	50	12,60	62,84	5,08	4,6	0,28	22	1	4,8	76,8	0,03	0,02	100	0	0,24
101	Какао с молоком	200	27,19	125,11	3,78	6,5	26	33,33	0,9	15,56	71,11	0,02	0,02	0	1,33	0
	Хлеб пшеничный йодированный	70	9,24	193,1	5,53	2,16	25,67	12,5	1,89	28,54	60,9	0,09	0,05	0	0	0,91
Итого расчетная стоимость		131,81														
Итого завтрак		590	120	680	22,5	23	95,75	300	4,5	75	300	0,35	0,4	225	17,5	2,95
Обед 7-11 лет																
142	Салат Витаминный	60	24,34	6	0,6	0,06	0,9	12	0	7,7	16,2	0,07	0,07	0	1,8	0,47
180	Свекольник, сметана 200/10	210	31,72	140,84	6,27	6,5	20,75	162,5	0,85	12,5	187,3	0,13	0,14	200	1,75	1
15	Плов с мясом	200	111,02	437	16,3	20,38	51,38	175,6	0,9	36,2	108,9	0,09	0,1	45	0,26	1,3
210	Напиток Брусничный	200	20,08	122,9	0,52	0,18	24,84	23,4	1,3	17	23,4	0,07	0,09	0	17,19	0,2
	Хлеб пшеничный йодированный	20	2,64	46,76	1,58	0,2	9,66	4,6	0,22	6,6	17,4	0,02	0,06	0	0	0,26
	Хлеб ржаной	30	4,51	69	1,68	0,33	9,72	6,9	0,93	7,5	31,8	0,04	0,03	0	0	0,27
Итого расчетная стоимость		194,31														
Итого обед		720	190	822,5	26,95	27,65	117,25	385	4,2	87,5	385	0,42	0,49	245	21	3,5
Обед 12-18 лет																
142	Салат Витаминный	100	40,57	12	0,6	0,21	0,9	24	0	14,7	23	0,09	0,07	20	1,8	0,5
180	Свекольник, сметана 250/10	260	32,58	201,87	8,26	10,58	26,24	178,3	2,22	9,85	185,6	0,15	0,23	250	6,04	1,75
15	Плов с мясом	200	111,02	437	16,3	20,38	51,38	175,6	0,9	36,2	108,9	0,09	0,1	45	0,26	1,3
210	Напиток Брусничный	200	20,08	122,9	0,52	0,18	24,84	23,4	1,3	17	23,4	0,07	0,09	0	16,4	0,2
	Хлеб пшеничный йодированный	30	4,51	76,23	2,37	0,3	14,49	7,19	0,33	9,9	26,1	0,03	0,05	0	0	0,39
	Хлеб ржаной	50	6,60	115	3,45	0,55	16,2	11,5	1,55	17,35	53	0,06	0,06	0	0	0,45
Итого расчетная стоимость		215,36														
Итого обед		840	190	965	31,5	32,2	134,05	420	6,3	105	420	0,49	0,6	315	24,5	4,59
Полдник 7-11 лет																
115	Сок фруктовый в т/п	200	34,00	75	0,9	0	5	35,4	0,5	7,9	12,6	0,02	0,06	30	2	0,2
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт.	125	61,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	45,3	0,03	0,02	35	4	0,16
	Кекс столичный	30	25,00	113	6,4	7,5	24,7	38,6	0,1	10,1	52,1	0,07	0,06	5	0	0,64
Итого полдник		355	120	235	7,7	7,9	33,5	110	1,2	25	110	0,12	0,14	70	6	1
Полдник 12-18 лет																
115	Сок фруктовый в т/п	200	34,00	75	0,9	0	5	35,4	0,5	7,9	12,6	0,02	0,06	30	2	0,2
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт.	125	61,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	45,3	0,03	0,02	35	4	0,16
	Кекс столичный	30	25,00	137	7,7	8,8	29,5	48,6	0,7	15,1	62,1	0,09	0,02	25	1	0,6
Итого полдник		355	120,00	259	9	9,2	38,3	120	1,8	30	120	0,14	0,1	90	7	0,96
Итого день 7-11 лет		1590	430	1645	53,9	55,3	234,5	770	8,4	175	770	0,84	0,98	490	42	7
Итого день 12-18 лет		1785	430	1904	63	64,4	268,1	840	12,6	210	840	0,98	1,1	630	49	8,5

ия производством

Калькулятор

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ НА 07.10.2025г

Согласованно

Директор

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат питания"

Петрова И.А.

Неделя: Третья

День: вторник

Вариант № 12

Прием лищи № рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергети- ческая ценность	Пищевые вещества			Минеральные вещества, мг					Витамины, мг				
					Белки	Жиры	Углевод- ы	Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	A(рет.экв/с ут)	C	E	
Завтрак 7-11 лет																	
301/201	Кнели из птицы с рисом,сыром,соус сметанный 90/30	120	85,44	193,9	8,74	11,5	10,2	167,2	1,49	27	139,1	0,18	0,21	76,4	1,9	1,25	
	52 Макароны изделия отварные,м/сл 150/5	155	22,33	214,7	6,03	7,73	40,5	82,1	0,6	16,6	87,5	0,07	0,1	98,6	0,27	0,6	
	98 Чай с сахаром ,лимоном 200/5	205	5,93	62	0,53	0,02	15	14,2	0,36	2,4	4,9	0	0	0	12,83	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	50	6,60	116,9	3,95	0,5	18,05	11,5	0,55	16,5	43,5	0,05	0,04	0	0	0,65	
Итого расчетная стоимость		120,30															
Итого завтрак		530	120	587,5	19,25	19,75	83,75	275	3	62,5	275	0,3	0,35	175	15	2,5	
Завтрак 12-18 лет																	
301/201	Кнели из птицы с рисом,сыром,соус сметанный 100/20	120	87,79	252,57	7,61	17,17	10,73	62,2	1	23,3	93,1	0,09	0,11	128,1	3,45	0,4	
	52 Макароны изделия отварные ,м/сл 180/5	185	25,04	172,33	8,83	3,65	44,35	211,1	1,25	20,76	141,1	0,17	0,24	96,9	1,22	0,95	
	98 Чай с сахаром ,лимоном, 200/5	205	5,93	62	0,53	0,02	15	14,2	0,36	2,4	4,9	0	0	0	12,83	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	70	9,24	193,1	5,53	2,16	25,67	12,5	1,89	28,54	60,9	0,09	0,05	0	0	0,91	
Итого расчетная стоимость		128,00															
Итого завтрак		580	120	680	22,5	23	95,75	300	4,5	75	300	0,35	0,4	225	17,5	2,26	
Обед 7-11 лет																	
37	Салат картофельный с огурцами	60	19,56	50,9	1,33	3,94	5,52	24	0,32	8,9	20,3	0,01	0,01	45	3,5	0,5	
	40 Суп из овощей	200	13,1	101,3	3,2	3,3	11,2	129,6	0,6	15,5	105,6	0,03	0,07	54	4,6	1,01	
	61 Рыба тушенная в томате с овощами 90/30	120	95	242	15,5	10,67	31,55	146	1,03	14,1	121	0,21	0,24	96	0,6	1,1	
	54 Рис припущенный,м/сл 150/5	155	34,8	197,74	2,96	9,16	31	41,6	0,8	17,4	67	0,1	0,1	50	1,7	0,15	
	115 Сок фруктовый	200	21,24	114,8	0,7	0,05	27,6	32,3	0,3	17,5	21,9	0,01	0,03	0	10,6	0,2	
	Хлеб пшеничный йодированный	20	2,52	46,76	1,58	0,2	9,66	4,6	0,22	6,6	17,4	0,02	0,01	0	0	0,27	
	Хлеб ржаной	30	3,78	69	1,68	0,33	0,72	6,9	0,93	7,5	31,8	0,04	0,03	0	0	0,27	
Итого расчетная стоимость		190															
Итого обед		785	190	822,5	26,95	27,65	117,25	385	4,2	87,5	385	0,42	0,49	245	21	3,5	
Обед 12-18 лет																	
37	Салат картофельный с огурцами	100	28,55	60,9	2,58	6,2	5,52	42	0,32	8,9	20,3	0,01	0,01	62	7,5	0,9	
	40 Суп из овощей	250	17,85	163,27	3,52	6,56	11,2	139,41	1,75	19,8	110,7	0,07	0,11	107	3,8	1,4	
	61 Рыба тушенная в томате с овощами 100/20	120	96,84	242	15,5	10,67	31,55	146	1,03	14,1	121	0,21	0,24	96	0,6	1,6	
	54 Рис припущенный,м/сл 180/5	185	38,25	192,8	3,38	7,87	27,49	41,6	1,02	17,4	67	0,1	0,1	50	2	0,15	
	115 Сок фруктовый	200	21,24	114,8	0,7	0,05	27,6	32,3	0,3	17,5	21,9	0,01	0,03	0	10,6	1	
	Хлеб пшеничный йодированный	30	3,78	76,23	2,37	0,3	14,49	7,19	0,33	9,9	26,1	0,03	0,05	0	0	0,39	
	Хлеб ржаной	50	6,3	115	3,45	0,55	16,2	11,5	1,55	17,35	53	0,06	0,06	0	0	0,45	
Итого расчетная стоимость		212,81															
Итого обед		935	190	965	31,5	32,2	134,05	420	6,3	104,95	420	0,49	0,6	315	24,5	5,89	
Полдник 7-11 лет																	
	Кисло-молочная продукция в т/п	200	52,00	102	5,5	5,2	7,1	73	0,2	13,5	72	0,08	0,08	32	1,4	0,2	
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт.	125	43,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4	0,16	
	Творожник сдобный	55	25,00	86	1,8	2,3	22,6	1	0,4	4,5	17	0,01	0,04	3	0,6	0,64	
Итого полдник		380	120	235	7,7	7,9	33,5	110	1,2	25	110	0,12	0,14	70	6	1	
Полдник 12-18 лет																	
	Кисло-молочная продукция в т/п	200	52,00	126	6,8	6,5	11,9	83	0,8	18,5	82	0,1	0,04	52	2,94	0	
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт.	125	43,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4	0,16	
	Творожник сдобный	55	25,00	86	1,8	2,3	22,6	1	0,4	4,5	17	0,01	0,04	3	0,06	0,26	
Итого полдник		380	120,00	259	9	9,2	38,3	120	1,8	30	120	0,14	0,1	90	7	0,42	
Итого день 7-11 лет		1695	430	1645	53,9	55,3	234,5	770	8,4	175	770	0,84	0,98	490	42	7	
Итого день 12-18 лет		1895	430	1904	63	64,4	268,1	840	12,6	209,95	840	0,98	1,1	630	49	8,57	

Делющая производством

Калькулятор

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ НА 08.10.2025г

Согласовано : Директор

Утверждаю
Генеральный директор АО "Комбинат питания"
Петрова И.А.

Неделя: Третья

День: среда

Вариант № 13

ИНН 2723009714

Прием пищи № рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергети- ческая ценность	Пищевые вещества			Минеральные вещества, мг					Витамины, мг				
					Белки	Жиры	Углевод- ы	Ca	Fe	Mg	P	K	B1	B2	A(рети- акв /сут)	C	E
Завтрак 7-11 лет																	
8/210 97	Запеканка творожная с морковью,молоко сгущеное200/50	250	148,51	410,6	15,23	19,23	50,7	252,4	2,17	44,6	228,7	0,25	0,31	175	14,97	1,85	
	Чай с сахаром	200	3,83	60	0,07	0,02	15	11,1	0,28	1,4	2,8	0	0	0	0,03	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	50	6,30	116,9	3,95	0,5	18,05	11,5	0,55	16,5	43,5	0,05	0,04	0	0	0,65	
Итого расчетная стоимость					158,64												
Итого завтрак		500	120	587,5	19,25	19,75	83,75	275	3	62,5	275	0,3	0,35	175	15	2,5	
Завтрак 12-18 лет																	
8/210 97	Запеканка творожная с морковью,молоко сгущеное230/50	280	166,99	426,9	16,9	20,82	55,08	276,4	2,33	45,06	236,3	0,26	0,35	225	17,47	1,46	
	Чай с сахаром	200	3,83	60	0,07	0,02	15	11,1	0,28	1,4	2,8	0	0	0	0,03	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	70	8,82	193,1	5,53	2,16	25,67	12,5	1,89	28,54	60,9	0,09	0,05	0	0	0,91	
Итого расчетная стоимость					179,64												
Итого завтрак		550	120	680	22,5	23	95,75	300	4,5	75	300	0,35	0,4	225	17,5	2,37	
Обед 7-11 лет																	
17 47 74 103	Морская капуста тушенная с овощами	60	13,38	44,34	0,86	5,22	7,87	12,9	0,2	12	16,6	0,03	0,05	0	0,96	1,47	
	Суп картофельный с бобовыми(горох)	200	11,68	150,1	2,9	2,8	15,3	78,7	0,5	15,5	99,1	0,04	0,03	0	0,9	0,3	
	Рагу из птицы с картофелем	200	144,82	404,1	19,33	18,8	54,9	260,6	1,75	42,5	216,7	0,28	0,32	245	3,5	1	
	Напиток из плодов шиповника	200	13,82	108,2	0,6	0,3	28,8	21,3	0,6	3,4	3,4	0,01	0,05	0	15,64	0,2	
	Хлеб пшеничный йодированный	20	2,52	46,76	1,58	0,2	9,66	4,6	0,22	6,6	17,4	0,02	0,01	0	0	0,26	
	Хлеб ржаной	30	3,78	69	1,68	0,33	0,72	6,9	0,93	7,5	31,8	0,04	0,03	0	0	0,27	
Итого расчетная стоимость					190												
Итого обед		710	190	822,5	26,95	27,65	117,25	385	4,2	87,5	385	0,42	0,49	245	21	3,5	
Обед 12-18 лет																	
17 47 74 103	Морская капуста тушенная с овощами	100	22,31	62	1,86	5,22	7,87	22,9	0,8	24	16,6	0,04	0,06	45	0,96	1,1	
	Суп картофельный с бобовыми(горох)	250	12,1	199,47	3,89	7,03	11,79	96,51	1,27	7,85	104,2	0,07	0,06	25	4,4	0,3	
	Рагу из птицы с картофелем	250	181,02	404,1	19,33	18,8	54,9	260,6	1,75	42,5	216,7	0,28	0,32	245	3,5	2,5	
	Напиток из плодов шиповника	200	13,82	108,2	0,6	0,3	28,8	21,3	0,6	3,4	3,4	0,01	0,05	0	15,64	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	30	3,78	76,23	2,37	0,3	14,49	7,19	0,33	9,9	26,1	0,03	0,05	0	0	0,39	
	Хлеб ржаной	50	6,3	115	3,45	0,55	16,2	11,5	1,55	17,35	53	0,06	0,06	0	0	0,45	
Итого расчетная стоимость					239,33												
Итого обед		880	190	965	31,5	32,2	134,05	420	6,3	105	420	0,49	0,6	315	24,5	4,74	
Полдник 7-11 лет																	
	Сок фруктовый в т/п	200	34,00	75	0,9	0	5	35,4	0,5	7,9	55,9	0,02	0,06	30	2	0,2	
	Фрукты свежие (апельсин), 1 шт.	125	61,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	2	0,03	0,02	35	4	0,16	
	Булочка "Веснушка"	50	25,00	113	6,4	7,5	24,7	38,6	0,1	10,1	52,1	0,07	0,06	5	0	0,64	
Итого полдник		375	120	235	7,7	7,9	33,5	110	1,2	25	110	0,12	0,14	70	6	1	
Полдник 12-18 лет																	
	Сок фруктовый в т/п	200	34,00	75	0,9	0	5	35,4	0,5	7,9	55,9	0,02	0,06	30	2	0,2	
	Фрукты свежие (апельсин), 1 шт.	125	61,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	2	0,03	0,02	35	4	0,16	
	Булочка "Веснушка"	55	25,00	137	7,7	8,8	29,5	48,6	0,7	15,1	62,1	0,09	0,02	25	1	0,6	
Итого полдник		380	120	259	9	9,2	38,3	120	1,8	30	120	0,14	0,1	90	7	0,96	
Итого день 7-11 лет		1585	430	1645	53,9	55,3	234,5	770	8,4	175	770	0,84	0,98	490	42	7	
Итого день 12-18 лет		1810	430	1904	63	64,4	268,1	840	12,6	210	840	0,98	1,1	630	49	8,07	

дующая производством

Калькулятор

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ НА 09.10.2025г

Согласованно Директор

Утверждаю
Генеральный директор АО "Комбинат питания"
Петрова И.А.
ИНН 272300974
Вариант № 14

Неделя: Третья

День: Четверг

Прием пищи № рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Минеральные вещества, мг					Витамины, мг				
					Белки	Жиры	Углевод ы	Ca	Fe	Mg	K	B1	B2	A(рет.экв/с ут)	C	E	
Завтрак 7-11 лет																	
22/201 52 105	Птица запеченная,соус сметанный 90/10	100	90,16	198,49	11,1	13,33	18,8	234,53	1,56	17,67	165,1	0,16	0,06	108	0,3	1,25	
	Макаронные изделия отварные	150	15,18	210,11	3,67	5,9	31,9	14,77	0,53	25,93	61,5	0,09	0,25	67	0,5	0,6	
	Кофейный напиток с молоком	200	24,53	62	0,53	0,02	15	14,2	0,36	2,4	4,9	0	0	0	14,2	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	50	6,60	116,9	3,95	0,5	18,05	11,5	0,55	16,5	43,5	0,05	0,04	0	0	0,65	
Итого расчетная стоимость		136,47															
Итого завтрак		500	120	587,5	19,25	19,75	83,75	275	3	62,5	275	0,3	0,35	175	15	2,5	
Завтрак 12-18 лет																	
22/201 52 105	Птица запеченная,соус сметанный 100/20	120	100,18	220,8	13	14,33	18,8	234,53	0,72	27,67	170	0,18	0,06	104,67	2,8	0,93	
	Макаронные изделия отварные	180	16,27	204,1	3,44	6,49	36,28	38,77	1,53	16,39	64,2	0,08	0,29	120,33	0,5	0,4	
	Кофейный напиток с молоком	200	24,53	62	0,53	0,02	15	14,2	0,36	2,4	4,9	0	0	0	14,2	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	70	9,24	193,1	5,53	2,16	25,67	12,5	1,89	28,54	60,9	0,09	0,05	0	0	0,91	
Итого расчетная стоимость		126,19															
Итого завтрак		570	120	680	22,5	23	95,75	300	4,5	75	300	0,35	0,4	225	17,5	2,24	
Обед 7-11 лет																	
48/55	147 Салат "Степной"	60	16,28	51,1	1,39	5,16	12,11	19,4	0,55	8,7	37,13	0,06	0,06	25	8,56	0,6	
	38 Суп картофельный с крупой (гречневой)	200	30,55	128,3	3,3	4,7	11,8	139	0,6	8,9	100,1	0,03	0,05	50	8,64	0,67	
	Капуста тушеная с мясом	200	113,37	210,44	11,2	8,71	24,76	167,8	0,9	23,3	148,28	0,2	0,2	170	1,1	0,8	
	Компот из свежемороженых ягод (смородины)	200	23,5	202,1	7,1	8,5	30,6	15	0,5	15	28,39	0,06	0,08	0	1,1	0,7	
	Хлеб пшеничный йодированный	20	2,64	114,8	0,7	0,05	27,6	32,3	0,5	17,5	21,9	0,01	0,06	0	1,6	0,2	
	Хлеб ржаной	30	4,51	46,76	1,58	0,2	9,66	4,6	0,22	6,6	17,4	0,02	0,01	0	0	0,26	
Итого расчетная стоимрсть		190	69	1,68	0,33	0,72	6,9	0,93	7,5	31,8	0,04	0,03	0	0	0,27		
Итого обед		710	190	822,5	26,95	27,65	117,25	385	4,2	87,5	385	0,42	0,49	245	21	3,5	
Обед 12-18 лет																	
48/55	147 Салат "Степной"	100	27,14	58,1	1,31	5,16	12,11	29,4	0,9	9,7	37,13	0,06	0,04	25	8,56	0,32	
	38 Суп картофельный с крупой (гречневой)	250	33,34	136,07	3,67	3,94	11,8	147,1	0,52	17,4	124,69	0,09	0,08	45	12,14	1,1	
	Капуста тушеная с мясом	200	113,37	252,7	12,9	14,7	25,9	167,8	1,2	23	128,28	0,2	0,2	245	1,1	0,8	
	Компот из свежемороженых ягод\смородины\	200	23,50	212,1	7,1	7,5	25,95	25	1,3	15	28,9	0,04	0,08	0	1,1	1,9	
	Хлеб пшеничный йодированный	30	4,51	76,23	2,37	0,3	14,49	6,9	0,33	9,9	26,1	0,03	0,08	0	0	0,39	
	Хлеб ржаной	50	6,60	115	3,45	0,55	16,2	11,5	1,55	12,5	53	0,06	0,06	0	0	0,45	
Итого расчетная стоимрсть		207,43	115	3,45	0,55	16,2	11,5	1,55	12,5	53	0,06	0,06	0	0	0,45		
Итого обед		830	190	965,2	34,25	32,7	122,65	399,2	7,35	100	451,1	0,54	0,6	315	22,9	5,41	
Полдник 7-11 лет																	
	Кисло-молочный продукт в т/п	200	52,00	102	5,5	5,2	7,1	73	0,2	13,5	72	0,02	0,1	32	1,4	0,2	
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт.	125	43,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4	0,16	
	Пирожное песочное с корицей	50	25,00	86	1,8	2,3	22,6	1	0,4	4,5	17	0,07	0,02	3	0,6	0,64	
Итого полдник		375	120	235	7,7	7,9	33,5	110	1,2	25	110	0,12	0,14	70	6	1	
Полдник 12-18 лет																	
	Кисло-молочный продукт в т/п	200	52,00	102	5,5	5,2	7,1	73	0,2	13,5	72	0,02	0,01	32	1,4	0	
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт.	125	43,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4	0,16	
	Пирожное песочное с корицей	50	25,00	110	3,1	3,6	27,4	11	1	9,5	27	0,09	0,07	23	1,6	0,26	
Итого полдник		375	120	259	9	9,2	38,3	120	1,8	30	120	0,14	0,1	90	7	0,42	
Итого день 7-11 лет		1585	430	1645	53,9	55,3	234,5	770	8,4	175	770	0,84	0,98	490	42	7	
Итого день 12-18 лет		1775	430	1904,2	65,75	64,9	256,7	819,2	13,65	205	871,1	1,03	1,1	630	47,4	8,07	

дующая производством

Калькулятор

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ НА 10.10.2025г

Согласованно _____
Директор

Неделя: Третья

День: Пятница

Утверждаю
Генеральный директор АО "Комбинат питания"
Петрова И.А.
Вариант № 15

Прием пищи № рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Минеральные вещества, мг					Витамины, мг				
					Белки	Жиры	Углевод ы	Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	A(рет.экв/с ут)	C	E	
Завтрак 7-11 лет																	
111/204 60 98	Биточки мясные, соус томатный 100\30	130	85,28	198,49	11,1	13,33	18,8	234,53	1,56	17,67	165,1	0,16	0,06	108	0,3	1,25	
	Каша рассыпчатая гречневая , масло сливочное 150\5	155	22,49	210,11	3,67	5,9	31,9	14,77	0,53	25,93	61,5	0,09	0,25	67	0,5	0,6	
	Чай с сахаром ,лимоном200/5	205	5,93	62	0,53	0,02	15	14,2	0,36	2,4	4,9	0	0	0	14,2	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	50	6,30	116,9	3,95	0,5	18,05	11,5	0,55	16,5	43,5	0,05	0,04	0	0	0,65	
Итого расчетная стоимость				120,00													
Итого завтрак		540	120	587,5	19,25	19,75	83,75	275	3	62,5	275	0,3	0,35	175	15	2,5	
Завтрак 12-18 лет																	
111/204 60 98	Биточки мясные, соус томатный 100\30	130	85,28	220,8	13	14,33	18,8	234,53	0,72	27,67	170	0,18	0,06	104,67	2,8	0,93	
	Каша рассыпчатая гречневая, масло сливочное 180/5	185	26,88	204,1	3,44	6,49	36,28	38,77	1,53	16,39	64,2	0,08	0,29	120,33	0,5	0,4	
	Чай с сахаром с лимоном	205	5,93	62	0,53	0,02	15	14,2	0,36	2,4	4,9	0	0	0	14,2	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	70	8,82	193,1	5,53	2,16	25,67	12,5	1,89	28,54	60,9	0,09	0,05	0	0	0,91	
Итого расчетная стоимость				126,91													
Итого завтрак		590	120	680	22,5	23	95,75	300	4,5	75	300	0,35	0,4	225	17,5	2,24	
Обед 7-11 лет																	
141 36 129 53 114	Салат из свеклы с сыром	60	14,67	51,1	1,39	5,16	12,11	19,4	0,55	8,7	37,13	0,06	0,06	25	8,56	0,6	
	Щи из свежей капусты, картофелем,сметаной 200/10	210	24,21	128,3	3,3	4,7	11,8	139	0,6	8,9	100,1	0,03	0,05	50	8,64	0,67	
	Поджарка из рыбы	120	101,97	210,44	11,2	8,71	24,76	167,8	0,9	23,3	148,28	0,2	0,2	170	1,1	0,8	
	Картофельное пюре	150	25,7	202,1	7,1	8,5	30,6	15	0,5	15	28,39	0,06	0,08	0	1,1	0,7	
	Компот из плодов и ягод свежих мороженных	200	17,15	114,8	0,7	0,05	27,6	32,3	0,5	17,5	21,9	0,01	0,06	0	1,6	0,2	
	Хлеб пшеничный йодированный	20	2,52	46,76	1,58	0,2	9,66	4,6	0,22	6,6	17,4	0,02	0,01	0	0	0,26	
	Хлеб ржаной	30	3,78	69	1,68	0,33	0,72	6,9	0,93	7,5	31,8	0,04	0,03	0	0	0,27	
Итого расчетная стоимость				190													
Итого обед		790	190	822,5	26,95	27,65	117,25	385	4,2	87,5	385	0,42	0,49	245	21	3,5	
Обед 12-18 лет																	
141 36 129 53 114	Салат из свеклы с сыром	100	24,45	58,1	1,31	5,16	12,11	29,4	0,9	9,7	37,13	0,06	0,04	25	8,56	0,32	
	Щи из свежей капусты, картофелем,сметаной 250/10	260	26,20	136,07	3,67	3,94	11,8	147,1	0,52	17,4	124,69	0,09	0,08	45	12,14	1,1	
	Поджарка из рыбы	120	101,97	252,7	12,9	14,7	25,9	167,8	1,2	23	128,28	0,2	0,2	245	1,1	0,8	
	Картофельное пюре	180	30,84	212,1	7,1	7,5	25,95	25	1,3	15	28,9	0,04	0,08	0	1,1	1,9	
	Компот из плодов и ягод свежих мороженных	200	17,15	114,8	0,7	0,05	27,6	32,3	0,5	17,5	21,9	0,01	0,06	0	1,6	1	
	Хлеб пшеничный йодированный	30	3,78	76,23	2,37	0,3	14,49	6,9	0,33	9,9	26,1	0,03	0,08	0	0	0,39	
	Хлеб ржаной	50	6,30	115	3,45	0,55	16,2	11,5	1,55	12,5	53	0,06	0,06	0	0	0,45	
Итого расчетная стоимость				210,69													
Итого обед		940	190	965	31,5	32,2	134,05	420	6,3	105	420	0,49	0,6	315	24,5	5,96	
Полдник 7-11 лет																	
	Сок фруктовый в т/п	200	34,00	102	5,5	5,2	7,1	73	0,2	13,5	72	0,02	0,1	32	1,4	0,2	
	Фрукты свежие (груша),	125	61,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4	0,16	
	Пирожное "Песочное кольцо"	50	25,00	86	1,8	2,3	22,6	1	0,4	4,5	17	0,07	0,02	3	0,6	0,64	
Итого полдник		375	120	235	7,7	7,9	33,5	110	1,2	25	110	0,12	0,14	70	6	1	
Полдник 12-18 лет																	
	Сок фруктовый в т/п	200	34,00	102	5,5	5,2	7,1	73	0,2	13,5	72	0,02	0,01	32	1,4	0	
	Фрукты свежие (груша)	125	61,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4	0,16	
	Пирожное "Песочное кольцо"	50	25,00	110	3,1	3,6	27,4	11	1	9,5	27	0,09	0,07	23	1,6	0,26	
Итого полдник		375	120	259	9	9,2	38,3	120	1,8	30	120	0,14	0,1	90	7	0,42	
Итого день 7-11 лет		1705	430	1645	53,9	55,3	234,5	770	8,4	175	770	0,84	0,98	490	42	7	
Итого день 12-18 лет		1905	430	1904	63	64,4	268,1	840	12,6	210	840	0,98	1,1	630	49	8,62	

Заведующая производством _____

Калькулятор _____

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!