

03.03.2025г

Согласованно _____
Директор _____Утверждаю
Генеральный директор АО "Комбинат питания"
Ильина И.Н.

День: Понедельник

Вариант № 13

Неделя: Третья

Прием пищи № рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Минеральные вещества, мг				Витамины, мг				
					Белки	Жиры	Углеводы	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 250/10	260	45,60	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	15	17,69	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	23,22	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	6,30	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		575	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 250/10	260	45,60	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	17,69	94,67	1,21	8,67	0,53	3	0	0	4	0	0	79,1	2,25	0,1
5	Яйцо вареное	50	23,22	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	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		122,52														
Итого завтрак		595	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																
	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
	Свекольник, сметана,мясо 250/10/5	265	30,58	140,84	6,27	6,5	20,75	162,5	0,85	12,5	187,3	0,13	0,14	200	1,75	1
	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
	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	2,52	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	3,78	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		192,32														
Итого обед		775	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	20,45	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	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	6,30	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		202,20														
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																
	Сок фруктовый в т/п	200	33,50	75	0,9	0	5	35,4	0,5	7,9	12,6	0,02	0,06	30	2	0,2
	Фрукты свежие (банан), 1 шт.	125	64,50	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	45,3	0,03	0,02	35	4	0,16
	Булочка "Майская"	50	22,00	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	120,00	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	33,50	75	0,9	0	5	35,4	0,5	7,9	12,6	0,02	0,06	30	2	0,2
	Фрукты свежие (банан), 1 шт.	125	64,50	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	45,3	0,03	0,02	35	4	0,16
	Булочка "Майская"	55	22,00	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	120,00	259	9	9,2	38,3	120	1,8	30	120	0,14	0,1	90	7	0,96
Итого день 7-11 лет		1725	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		1815	430	1904	63	64,4	268,1	840	12,6	210	840	0,98	1,1	630	49	8,5

Калькулятор _____

...я производством _____

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ НА 04.03.2025г

Согласованно

Директор

Утверждаю
Генеральный директор АО "Комбинат питания"
Ильина И.Н.

День: вторник

Вариант № 14

Неделя: Третья

Прием пищи № рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Минеральные вещества, мг				Витамины, мг				
					Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	A(рет.экв/сут)	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	Макаронные 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	6,30	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		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 сметанный100/30	130	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	Макаронные 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	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				127,58												
Итого завтрак		590	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,мясо 200/10	210	34,07	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 тушеная в томате с овощами	120	74,87	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 150/10	160	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	20,4	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		800	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 тушеная в томате с овощами	120	74,87	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 180/10	190	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	20,4	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				190												
Итого обед		940	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	250	48,00	102	5,5	5,2	7,1	73	0,2	13,5	72	0,08	0,08	32	1,4	0,2
	Фрукты свежие (мандарин), 1 шт.	125	37,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4	0,16
	Творожник сдобный	55	35,00	86	1,8	2,3	22,6	1	0,4	4,5	17	0,01	0,04	3	0,6	0,64
Итого полдник		430	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	250	48,00	126	6,8	6,5	11,9	83	0,8	18,5	82	0,1	0,04	52	2,94	0
	Фрукты свежие (мандарин), 1 шт.	125	37,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4	0,16
	Творожник сдобный	55	35,00	86	1,8	2,3	22,6	1	0,4	4,5	17	0,01	0,04	3	0,06	0,26
Итого полдник		430	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		1760	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		1960	430	1904	63	64,4	268,1	840	12,6	209,95	840	0,98	1,1	630	49	8,57

Калькулятор

дующая производством

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ НА 05.03.2025г

Согласовано: Директор

Утверждаю
Генеральный директор АО "Комбинат питания"
Ильина И.Н.
ИНН 2723009714
Вариант № 15

Неделя: Третья

День: среда

Прием пищи № рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Минеральные вещества, мг				Витамины, мг				
					Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	A(рет.экв./сут)	C	E
Завтрак 7-11 лет																
8/210	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
97	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	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
97	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	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
47	Суп картофельный с бобовыми(горох),мясо 250/25	275	62,75	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
74	Рагу из птицы с картофелем	250	93,75	404,1	19,33	18,8	54,9	260,6	1,75	42,5	216,7	0,28	0,32	245	3,5	1
103	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		835	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	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
47	Суп картофельный с бобовыми(горох),мясо 250/15	265	50,04	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
74	Рагу из птицы с картофелем	250	93,75	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
103	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		190														
Итого обед		895	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	33,50	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	56,50	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	2	0,03	0,02	35	4	0,16
	Слойка кондитерская	50	30,00	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	33,50	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	56,50	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	2	0,03	0,02	35	4	0,16
	Слойка кондитерская	55	30,00	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		1710	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		1825	430	1904	63	64,4	268,1	840	12,6	210	840	0,98	1,1	630	49	8,07

Калькулятор

ующая производством

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ НА 06.03.2025г

Согласовано Директор

Утверждаю Генеральный директор АО "Комбинат питания" Ильина И.Н.

Неделя: Третья

День: четверг

Вариант № 16

Прием пищи № рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Минеральные вещества, мг				Витамины, мг				
					Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	A(рет.экв./с уг)	C	E
Завтрак 7-11 лет																
22/201	Птица запеченная, соус сметанный 90/10	100	73,99	73,4	7,92	8,8	7,2	37,79	1,06	9,7	27,6	0,05	0,23	95	1,5	0,75
52	Макаронные изделия отварные	150	15,18	242	3,78	7,78	29,3	67,04	0,59	11,8	82,3	0,17	0,05	80	12,03	0,6
105	Кофейный напиток с молоком	200	24,53	155,2	3,6	2,67	29,2	158,67	0,8	24,5	121,6	0,03	0,03	0	1,47	0,5
	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		500	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																
22/201	Птица запеченная, соус сметанный 100/20	120	76,57	265,84	11,15	17,31	27,57	117,83	1,05	16,46	86,5	0,03	0,02	140	0,1	0,33
52	Макаронные изделия отварные	180	16,27	65,86	2,22	0,86	13,31	11	0,76	5,5	31	0,2	0,3	84	15,93	1,07
105	Кофейный напиток с молоком	200	24,53	155,2	3,6	2,67	29,2	158,67	0,8	24,5	121,6	0,03	0,03	0	1,47	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				126,19												
Итого завтрак		570	120	680	22,5	23	95,75	300	4,5	75	300	0,35	0,4	224	17,5	2,31
Обед 7-11 лет																
147	Салат "Степной"	60	16,28	46	1,3	3,1	3,5	24	0,3	8	14,4	0,02	0,03	25	1,1	0,4
38	Суп картофельный с крупой (гречневой), мясо 250/10	260	33,34	128,1	5,5	6,44	17,1	182,1	0,6	21,2	197,1	0,25	0,2	46	1	1
48/55	Капуста тушеная с мясом	200	113,37	429,74	16,37	17,4	51,43	144	1,25	27,2	100,9	0,07	0,15	174	1,11	1,37
150	Компот из свежемороженых ягод (смородины)	200	23,5	102,9	0,52	0,18	34,84	23,4	0,9	17	23,4	0,02	0,04	0	17,79	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	0,04	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				192,79												
Итого обед		770	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																
147	Салат "Степной"	100	27,14	99,52	1,94	4,83	3,44	42	0,3	8	19,5	0,13	0,01	68	4,1	1,8
38	Суп картофельный с крупой (гречневой), мясо 250/10	260	33,34	141,61	6,85	8,94	13,65	191,91	1,97	25,55	197,1	0,18	0,29	73	1,5	1
48/55	Капуста тушеная с мясом	200	113,37	429,74	16,37	17,4	51,43	144	1,25	27,2	100,9	0,07	0,15	174	1,11	1,97
150	Компот из свежемороженых ягод (смородины)	200	23,5	102,9	0,52	0,18	34,84	23,4	0,9	17	23,4	0,02	0,04	0	17,79	0,2
	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				207,43												
Итого обед		840	190	965	31,5	32,2	134,05	420	6,3	105	420	0,49	0,6	315	24,5	5,81
Полдник 7-11 лет																
	Кисло-молочный продукт в т/п	200	48,00	102	5,5	5,2	7,1	73	0,2	13,5	72	0,04	0,1	32	1,4	0,2
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт	125	37,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4	0,16
	Пирожное песочное "По-амурски"	50	35,00	86	1,8	2,3	22,6	1	0,4	4,5	17	0,05	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-молочная продукция в т/п	200	48,00	126	6,8	6,5	11,9	83	0,8	18,5	82	0,06	0,06	52	2,4	0
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт	125	37,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4	0,16
	Пирожное песочное "По-амурски"	50	35,00	86	1,8	2,3	22,6	1	0,4	4,5	17	0,05	0,02	3	0,6	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		1645	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	629	49	8,54

Калькулятор

Заведующая производством

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ НА 07.03.2025г



Неделя: Третья

День: Пятница

Вариант № 17

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Минеральные вещества, мг				Витамины, мг				
					Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	A(рет.экв/сут)	C	E
Завтрак 7-11 лет																
111/204	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
60	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
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	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	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
60	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
98	Чай с сахаром, 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	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
36	Щи из свежей капусты, картофелем, сметаной, мясом 200\10\5	215	24,89	128,3	3,3	4,7	11,8	139	0,6	8,9	100,1	0,03	0,05	50	8,64	0,67
129	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
53	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
114	Компот из плодов и ягод свежих мороженых	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				190,68												
Итого обед		795	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	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
36	Щи из свежей капусты, картофелем, сметаной 250\10	260	17,46	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
129	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
53	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
114	Компот из плодов и ягод свежих мороженых	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				201,95												
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	33,50	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	61,50	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	33,50	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	61,50	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		1710	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

Калькулятор

ующая производством

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

08.03.2025г

Согласовано Директор

Утверждаю
Генеральный директор АО "Комбинат питания"
Ильина И.Н.

День: Суббота

Вариант № 18

Неделя: Третья

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.э кв/сут)	C	E
Завтрак 7-11 лет																
151	Пельмени мясные отварные промышленного производства, м/сл 240/10	250	123,44	390,6	15,23	19,23	50,7	252,4	2,17	44,6	218,7	0,18	0,26	160	14,97	1,85
100	Чай с сахаром, с молоком	200	12,96	80	0,07	0,02	15	11,1	0,28	1,4	12,8	0,07	0,05	15	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				142,70												
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																
151	Пельмени мясные отварные промышленного производства, м/сл 270/10	280	136,68	406,9	16,9	20,82	55,08	276,4	2,33	45,06	226,3	0,17	0,3	210	17,47	1,1
100	Чай с сахаром, с молоком	200	12,96	80	0,07	0,02	15	11,1	0,28	1,4	12,8	0,07	0,05	15	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				158,46												
Итого завтрак		550	120	680	22,5	23	95,75	300	4,5	75	300	0,33	0,4	225	17,5	2,01
Обед 7-11 лет																
142	Салат Витаминный	60	24,34	35,6	0,67	3,9	1	8,4	0,3	7,5	15,1	0,1	0,12	25	2,2	0,47
41	Суп картофельный с крупой(пшенной) с мясными фрикадельками 200/20	220	40,05	146,44	8,4	7,62	13,1	131,2	0,7	12,8	75,6	0,1	0,13	74	1,8	0,8
190/200	Печень тушенная в соусе 90/30	120	81,84	238,3	9,92	9,9	29,17	144,7	1,05	26,8	171	0,06	0,08	119	1	1,2
160	Каша рассыпчатая из крупы перловой, м/сл 150/5	155	20,74	210,1	3,8	5,7	36,6	76,6	0,5	19,1	61,5	0,08	0,1	27	0,4	0,3
115	Сок фруктовый(розлив)	200	20,40	76,3	0,9	0	18	12,6	0,5	7,2	12,6	0,02	0,02	0	15,6	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	9,72	6,9	0,93	7,5	31,8	0,04	0,03	0	0	0,27
Итого расчетная стоимость				193,67												
Итого обед		805	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	70,6	0,67	4,9	2	21,1	0,3	7,5	15,1	0,17	0,1	52	4,1	0,8
41	Суп картофельный с крупой(пшенной) с мясными фрикадельками 250/20	270	42,57	158,47	10,39	10,85	15,59	141,2	1,8	26,1	75,6	0,05	0,16	117	2,88	0,8
190/200	Печень тушенная в соусе 100/20	120	81,84	228,3	9,92	9,9	29,17	144,7	1,05	26,8	171	0,06	0,08	119	1	1,2
160	Каша рассыпчатая из крупы перловой, м/сл 180/5	185	23,13	240,1	3,8	5,7	38,6	82	0,77	15	66,6	0,1	0,1	27	0,92	1,8
115	Сок фруктовый(розлив)	200	20,40	76,3	0,9	0	18	12,6	0,5	7,2	12,6	0,02	0,02	0	15,6	0,67
	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				218,69												
Итого обед		955	190	965	31,5	32,2	134,05	420	6,3	105	420	0,49	0,6	315	24,5	6,11
Полдник 7-11 лет																
	Кисло-молочный продукт в т/п	200	48,00	102	5,5	5,2	7,1	73	0,2	13,5	72	0,05	0,1	32	1,4	0,2
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт.	125	40,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4	0,16
	Кекс с творогом	50	32,00	86	1,8	2,3	22,6	1	0,4	4,5	17	0,04	0,02	3	0,6	0,64
Итого полдник		375	120,00	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	48,00	126	6,8	6,5	11,9	83	0,8	18,5	82	0,04	0,06	52	2	0
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт.	125	40,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4	0,16
	Кекс творожный	50	32,00	86	1,8	2,3	22,6	1	0,4	4,5	17	0,07	0,02	3	1	0,26
Итого полдник		375	120,00	259	9	9,2	38,3	120	1,8	30	120	0,14	0,1	90	7	0,42
Итого день		1680	430	1645	53,9	55,3	234,5	770	8,4	175	770	0,84	0,98	490	42	7
Итого день		1880	430	1904	63	64,4	268,1	840	12,6	210	840	0,96	1,1	630	49	8,54

Калькулятор

Заведующая производством

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!