

05.05.2025г

Согласованно Директор

Утверждаю
Генеральный директор АО "Комбинат питания"

Неделя: Третья

День: Понедельник

Вариант № 13

Прием пищи № рецептур ы	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергети ческая ценность	Пищевые вещества			Минеральные вещества, мг				Витамины, мг				
					Белки	Жиры	Угледо 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 250/5	255	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	10	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		565	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	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	18,69	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		123,52														
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																
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	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
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	2,52	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		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	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		214,33														
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		1660	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

кая производством

Калькулятор

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ НА 06.05.2025г

Согласованно

Директор Утверждаю
Генеральный директор АО "Комбинат питания"

Ильина И.П.

Вариант № 14

Неделя: Третья

День: вторник

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(регл.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	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 сметанный100/20	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	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		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 тушеная в томате с овощами 90/30	120	95,84	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		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																	
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 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 180/10	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		211,97															
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		1750	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		1950	430	1904	63	64,4	268,1	840	12,6	209,95	840	0,98	1,1	630	49	8,57	

Едущая производством

Калькулятор

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ на 07.05.2025г

Согласовано
Директор

Утверждено

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

Неделя: Вторая

День: среда

Вариант № 12

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																
51	Макаронные изделия отварные с сыром, масло сливочное, 150/5	155	41,97	213,4	4,9	9,56	28,5	52,3	0,5	6,7	75,5	0,14	0,17	88,2	1,9	1,15
	Кисло-молочная продукция (бифилайф фруктовый)	200	48,00	102	6,8	7,02	8	171	1,65	18	70	0,08	0,12	86,8	11,63	0,2
	Кофейный напиток с молоком	200	23,73	155,2	3,6	2,67	29,2	40,2	0,8	21,3	86	0,03	0,02	0	1,47	0,5
	Хлеб пшеничный йодированный	50	6,30	116,9	3,95	0,5	18,05	11,5	0,05	16,5	43,5	0,05	0,04	0	0	0,65
Итого расчетная стоимость				120,00												
Итого завтрак		605	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																
51	Макаронные изделия отварные с сыром, масло сливочное, 250/5	255	45,93	250	6,22	13,32	43,85	76,3	0,16	7,16	83,1	0,15	0,21	138,2	4,4	0,4
	Кисло-молочная продукция (бифилайф фруктовый)	200	48,00	120	6,8	7,02	8	171	1,65	18	70	0,08	0,12	86,8	11,63	0
	Кофейный напиток с молоком	200	23,73	116,9	3,95	0,5	18,05	40,2	0,8	21,3	86	0,03	0,02	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				126,48												
Итого завтрак		725	120	680	22,5	23	95,57	300	4,5	75	300	0,35	0,4	225	17,5	1,31
Обед 7-11 лет																
210/202	Салат из отварной свеклы с соленным огурцом	60	15,54	79,1	2,8	3	4,3	97	0,6	13,7	65	0,01	0,05	36	3,4	0,6
	Суп крестьянский с крупой	200	10,51	126,64	2,7	9,7	13,77	89,2	0,7	10,5	72	0,06	0,06	50	10	0,42
	Рыба, запеченная под молочным соусом 90/30	120	125,2	184	14,7	13,8	18,5	117	0,8	18,7	125,9	0,13	0,16	131	0,4	1,6
	Картофель отварной	150	18,63	202,2	2,79	0,6	33,7	38	0,45	13	51	0,15	0,15	28	1,8	0,15
	Напиток из плодов шиповника	200	13,82	114,8	0,7	0,02	27,6	32,3	0,5	17,5	21,9	0,01	0,03	0	5,4	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				190												
Итого обед		780	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																
210/202	Салат из отварной свеклы с соленным огурцом	100	25,9	84,1	3,8	4	5,3	107	0,7	12,7	65	0,02	0,05	45	3,4	2,4
	Суп крестьянский с крупой	250	22,63	128,67	2,48	10,7	12,26	89,2	0,8	15,85	47,1	0,09	0,1	85	10	1,8
	Рыба, запеченная под молочным соусом 100/20	120	127,3	184	14,7	13,8	18,5	117	0,8	18,7	125,9	0,13	0,16	131	0,4	0,6
	Картофель отварной	180	22,35	262,2	4	2,83	39,7	55,81	1,62	13	81	0,15	0,15	54	5,3	0,15
	Напиток из плодов шиповника	200	13,82	114,8	0,7	0,02	27,6	32,3	0,5	17,5	21,9	0,01	0,03	0	5,4	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				222,08												
Итого обед		930	190	965	31,5	32,2	134,05	420	6,3	105	420	0,49	0,6	315	24,5	5,79
Полдник 7-11 лет																
	Сок фруктовый в т/п	200	33,50	75	0,9	0	5	35,4	0,5	7,9	36,9	0,02	0,06	30	2	0,2
	Фрукты свежие (апельсин)	125	61,50	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	11	0,03	0,02	35	4	0,16
	Ватрушка с творогом	50	25,00	113	6,4	7,5	24,7	38,6	0,1	10,1	62,1	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	36,9	0,02	0,06	30	2	0,2
	Фрукты свежие (апельсин), 1 шт.	125	61,50	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	11	0,03	0,02	35	4	0,16
	Ватрушка с творогом	55	25,00	137	7,7	8,8	25,5	48,6	0,7	15,1	72,1	0,09	0,02	25	1	0,6
Итого полдник		380	120	259	9	9,2	34,3	120	1,8	30	120	0,14	0,1	90	7	0,96
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		2035	430	1904	63	64,4	263,92	840	12,6	210	840	0,98	1,1	630	49	8,06

Идущая производством

Калькулятор

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ НА 08.05.2025г

Согласовано Директор

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

Неделя: Третья

День: четверг

Вариант № 16

Прим пищи № рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергети ческая ценность	Пищевые вещества			Минеральные вещества, мг					Витамины, мг				
					Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Fe	Mg	B1	B2	A(ретинол/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	26,54	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)	200	30,55	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 тушенная 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 свежемороженных 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					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																	
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)	250	33,34	141,61	6,85	8,34	13,65	191,91	1,97	25,55	197,1	0,18	0,29	73	1,5	1	
48/55	Капуста тушенная 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 свежемороженных 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		830	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		1585	430	1645	53,9	55,3	234,5	770	8,4	175	770	0,84	0,98	450	42	7	
Итого день 12-18 лет		1775	430	1904	63	64,4	268,1	840	12,6	210	840	0,98	1,1	629	49	8,54	

Заявляющая производством

Калькулятор

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

10.05.2025г

Согласованно Директор

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат питания"

И.И.И.И.И.

Вариант № 18

Неделя: Третья

День: Суббота

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	42,67	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

Заведующая производством

Калькулятор

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!