

МЕНЮ на 28.04.2025 год

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

Неделя: Вторая

День: понедельник

Вариант № 7

Примечание № рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Минеральные				Витамины, мг						
					Белки	Жиры	Углев. оды	Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	А (ретинол) в/сут	C	E		
Завтрак 7-11 лет																		
2	Каша молочная с крупой пшениной, масло сливочное, 250/5	255	51,07	186,84	6,52	4,78	37,02	180	0,85	11,87	20	0,19	0,27	35	8,5	1,01		
4	Сыр порциями	10	14,88	65,72	0,1	7,2	0,13	2,4	0	0	3	0	0	40	5	0,1		
5	Яйцо вареное	50	23,22	62,84	5,08	4,6	0,28	22	1	4,8	77	0,03	0,02	100	0	0,24		
105	Кофейный напиток с молоком	200	24,53	155,2	3,6	2,67	28,27	58,7	0,6	29,33	132	0,03	0,02	0	1,5	0,5		
	Хлеб пшеничный йодированный	50	6,30	116,9	3,95	0,5	18,05	11,5	0,55	16,5	44	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																		
2	Каша молочная с крупой пшениной, масло сливочное, 250/10	260	59,85	174,19	7,08	4,9	41	204	1,01	12,33	26	0,2	0,31	75,9	14	0,3		
4	Сыр порциями	15	17,69	94,67	1,21	8,67	0,53	3	0	0	4	0	0	79,1	2,3	0,1		
5	Яйцо вареное	50	23,22	62,84	5,08	4,6	0,28	22	1	4,8	77	0,03	0,02	100	0	0,24		
105	Кофейный напиток с молоком	200	24,53	155,2	3,6	2,67	28,27	58,7	0,6	29,33	132	0,03	0,02	0	1,5	0		
	Хлеб пшеничный йодированный	70	8,82	193,1	5,53	2,16	25,67	12,5	1,89	28,54	61	0,09	0,05	0	0	0,91		
Итого расчетная стоимость		134,11																
Итого завтрак		595	120	680	22,5	23	95,75	300	4,5	75	300	0,35	0,4	255	18	1,55		
Обед 7-11 лет																		
136	Салат из квашенной капусты	60	33,6	6	0,6	0,06	0,9	12	0	7,7	13	0,06	0,06	20	1,8	1,1		
34	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	10,81	180,24	7,3	6,3	26,46	97,3	0,2	14,9	147	0,1	0,19	83	0,5	0,3		
77	Гуляш мясной	100	107,92	234,7	11,84	16,57	36,9	191	1,8	15,65	85	0,1	0,02	122	0,1	0,33		
60	Каша рассыпчатая гречневая	150	15,09	171	3,25	4,14	6,01	40,6	0,55	17,65	69	0,07	0,09	20	0,9	1,24		
99	Компот из плодов и ягод сушеных (курага)	200	17,24	114,8	0,7	0,05	27,6	32,3	0,5	17,5	22	0,01	0,03	0	18	0		
	Хлеб пшеничный йодированный	20	2,52	46,76	1,58	0,2	9,66	4,6	0,22	6,6	17	0,04	0,05	0	0	0,26		
	Хлеб ржаной	30	3,78	69	1,68	0,33	9,72	6,9	0,93	7,5	32	0,04	0,05	0	0	0,27		
Итого расчетная стоимость		190,96																
Итого обед		760	190	822,5	26,95	27,65	117,3	385	4,2	87,5	385	0,42	0,49	245	21	3,5		
Обед 12-18 лет																		
136	Салат из квашенной капусты	100	56,01	6	0,61	0,06	0,9	12	0	7,7	13	0,06	0,06	0	1,8	2,7		
34	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	13,51	283,1	7,46	6,62	30,95	193	0,8	21,23	144	0,2	0,29	113	0,5	0,3		
77	Гуляш мясной	120	129,51	254,7	12,66	18,89	36,9	127	2,33	16,67	93	0,06	0,02	142	0,1	0,33		
60	Каша рассыпчатая гречневая	180	18,11	115,17	4,25	5,73	7,01	36,7	0,79	14,65	69	0,07	0,09	60	4,4	1,6		
99	Компот из плодов и ягод сушеных (курага)	200	17,24	114,8	0,7	0,05	27,6	32,3	0,5	17,5	22	0,01	0,03	0	18	0		
	Хлеб пшеничный йодированный	30	3,78	76,23	2,37	0,3	14,49	7,19	0,33	9,9	26	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		244,46																
Итого обед		930	190	930	31,5	32,2	134,1	420	6,3	105	420	0,49	0,6	315	25	5,77		
Полдник 7-11 лет																		
	Сок фруктовый, т/п	200	33,50	75	0,9	0	5	35,4	0,5	7,9	33	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	15	0,03	0,02	35	4	0,16		
	Булочка "Веснушка"	30	22,00	113	6,4	7,5	24,7	38,6	0,1	10,1	62	0,07	0,06	5	0	0,64		
Итого полдник		355	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, т/п	200	33,50	75	0,9	0	5	35,4	0,5	7,9	33	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	11	0,03	0,02	35	4	0,16		
	Булочка "Веснушка"	50	22,00	137	7,7	8,8	29,5	48,6	0,7	15,1	76	0,09	0,02	25	1	0,6		
Итого полдник		375	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		1680	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		1900	430	1869	63	64,4	268,1	840	12,6	210	840	0,98	1,1	660	49	8,28		

Заведующая производством _____

Калькулятор _____

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ на 29.04.2025год

Согласованно
Директор

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат питания"

Ильина И.Н.

Неделя: Вторая

День: вторник

Вариант № 8

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	А(рет.з.в */сут)	C	E
Завтрак 7-11 лет																
92/143/28	Плов из птицы ,огурец соленный (01.11-01.04),огурец свежий (с 01.09-01.11;01.04- 31.05) 250/20	270	107,77	408,6	15,17	19,23	50,5	249,3	2,09	43,6	227,1	0,25	0,31	175	12,17	1,85
98	Чай с сахаром, лимоном 200/5	205	5,93	62	0,13	0,02	15,2	14,2	0,36	2,4	4,4	0	0	0	2,83	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		525	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																
92/143/28	Плов из птицы ,огурец соленный (01.11-01.04),огурец свежий (с 01.09-01.11;01.04- 31.05) 250/30	280	108,37	424,9	16,84	20,82	54,88	273,3	2,25	44,06	234,7	0,26	0,3	225	14,67	0,8
98	Чай с сахаром, лимоном 200/5	205	5,93	62	0,13	0,02	15,2	14,2	0,36	2,4	4,4	0	0	0	2,83	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	0,1	0	0	0,91
Итого расчетная стоимость		123,12														
Итого завтрак		555	120	680	22,5	23	95,75	300	4,5	75	300	0,35	0,4	225	17,5	1,71
Обед 7-11 лет																
138	Винегрет овощной	60	17,63	41,14	1,3	2,8	1,7	24,2	0,5	7,5	25	0,02	0,02	35	3	0,6
40	Суп из овощей	200	13,10	102,1	3,2	3	11,47	143,2	0,4	7,3	80,8	0,02	0,09	88	10	0,8
83	Жаркое по-домашнему	200	132,89	367,2	18,03	21,02	37,5	180,26	1,4	25,6	184	0,3	0,32	122	7,2	1,37
210	Напиток Брусничный	200	20,08	196,3	1,16	0,3	47,2	25,84	0,75	33	46	0,02	0,02	0	0,8	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		190,00														
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																
138	Винегрет овощной	100	29,39	54,8	1,3	2,8	9,23	34,2	1,96	12,5	25	0,02	0,05	113	6	0,2
40	Суп из овощей	250	16,38	155,47	4,92	7,23	9,43	161,01	0,31	6,65	85,9	0,06	0,1	80	10,5	2,4
83	Жаркое по-домашнему	200	132,89	367,2	18,3	21,02	37,5	180,26	1,4	25,6	184	0,3	0,32	122	7,2	2,6
210	Напиток Брусничный	200	20,08	196,3	1,16	0,3	47,2	25,84	0,75	33	46	0,02	0,02	0	0,8	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		208,82														
Итого обед		830	190	965	31,5	32,2	134,05	420	6,3	105	420	0,49	0,6	315	24,5	6,24
Полдник 7-11 лет																
	Кисло-молочная продукция в т/п(Бифилайф фруктовый)	200	48,00	102	5,5	5,2	7,1	73	0,2	10	72	0,08	0,1	32	1,4	0,2
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт	125	30,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4,6	0,16
	Пирожное "Медовое"	30	42,00	86	1,8	2,3	22,6	1	0,4	8	17	0,01	0,02	3	0	0,64
Итого полдник		355	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(Бифилайф фруктовый)	200	48,00	102	5,5	5,2	7,1	73	0,4	13,5	72	0,02	0,06	32	1,4	0
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт	125	30,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4,6	0,16
	Пирожное "Медовое"	50	42,00	110	3,1	3,6	27,4	11	0,8	9,5	27	0,09	0,02	23	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 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		1760	430	1904	63	64,4	268,1	840	12,6	210	840	0,98	1,1	630	49	8,37

аведующая производством

Калькулятор

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ на 30.04.2025 год

Согласованно

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

Неделя: Вторая

День: Среда

Вариант № 9

Примечание № рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Минеральные вещества, мг					Витамины, мг				
					Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	А(рет.ак в/сут)	С	Е	
Завтрак 7-11 лет																	
292/200	Птица тушеная с овощами в соусе сметанном с томатом 90/10	100	66,00	110,2	6,42	8,08	5,5	118,2	0,25	16,1	85,89	0,1	0,15	103	12,3	1,5	
	Макаронные изделия																
	52 отварные, масло сливочное 150/5	155	22,33	235,3	5,1	10,5	34,2	12	0,2	4,34	34,5	0,08	0,08	72	1,37	0,35	
	101 Какао с молоком	200	27,19	125,1	3,78	0,67	26	133,3	2	25,56	111,11	0,04	0,04	0	1,33	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	50	6,30	116,9	3,95	0,5	18,05	11,5	0,55	16,5	43,5	0,08	0,08	0	0	0,65	
Итого расчетная стоимость				121,82													
Итого завтрак		505	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																	
292/200	Птица тушеная с овощами в соусе сметанном с томатом 100/10	110	72	110,2	7,26	8,59	5,56	108	0,5	9,1	89,8	0,1	0,15	101	10,3	0,5	
	Макаронные изделия																
	52 отварные, масло сливочное, 180/5	185	25,04	251,6	5,93	11,58	38,52	46	0,11	11,8	38,3	0,12	0,16	123,5	5,87	1,95	
	101 Какао с молоком	200	27,19	125,1	3,78	0,67	26	133,3	2	25,56	111,11	0,04	0,04	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				133,05													
Итого завтрак		565	120	680	22,5	23	95,75	299,8	4,5	75	300,11	0,35	0,4	224,5	17,5	3,36	
Обед 7-11 лет																	
64/201	149 Салат из стручковой фасоли	60	29,1	31,54	0,5	0,06	9,27	13	0,3	8,5	24	0,02	0,05	25	2	0,6	
	37 Борщ с капустой и картофелем	200	19,19	162,2	3,2	4,2	11,3	90,6	0,34	13,2	79,6	0,07	0,09	34	1,3	1,62	
	Котлета рыбная в сметанном соусе, 90/30	120	95,89	212	16,29	13,4	18,5	147	1,01	20,9	141,8	0,12	0,06	91	0,4	0,6	
	53 Пюре картофельное	150	25,7	212,8	3,1	9,16	38	101,6	0,8	27,4	87	0,1	0,2	95	0,8	0,15	
	103 Напиток из плодов шиповника	200	13,82	88,2	0,6	0,3	20,8	21,3	0,6	3,4	3,4	0,05	0,05	0	16,5	0	
	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																	
64/201	149 Салат из стручковой фасоли	100	40,52	40,9	2	1,8	8,3	32	0,4	8,65	24	0,05	0,06	0,67	3	0,06	
	37 Борщ с капустой и картофелем	250	23,99	199,87	3,2	4,2	14,3	99,41	1,38	17,4	79,6	0,08	0,08	56,67	1,8	2,45	
	Котлета рыбная в сметанном соусе, 100/30	130	101,2	232	15,78	14,89	16,96	147	1,02	20,9	146,9	0,12	0,1	127,66	0,4	0,6	
	53 Пюре картофельное	180	30,84	212,8	4,1	10,16	43	101,6	1,02	27,4	87	0,1	0,2	130	2,8		
	103 Напиток из плодов шиповника	200	13,82	88,2	0,6	0,3	20,8	21,3	0,6	3,4	3,4	0,05	0,05	0	16,5	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				220,45													
Итого обед		940	190	965	31,5	32,2	134,05	420	6,3	105	420	0,49	0,6	315	24,5	3,95	
Полдник 7-11 лет																	
	Сок фруктовый в т/п	200	33,5	75	0,9	0	5	32,6	0,5	7,9	32,6	0,02	0,06	30	2	0,2	
	Фрукты свежие(груша)	125	61,5	47	0,4	0,4	3,8	38,8	0,6	7	15,3	0,03	0,02	35	4	0,16	
	Ватрушка с творогом	50	25	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	33,5	75	0,9	0	5	32,6	0,5	7,9	32,6	0,02	0,06	30	2	0,2	
	Фрукты свежие (груша), 1 шт.	125	61,5	47	0,4	0,4	3,8	38,8	0,6	7	15,3	0,03	0,02	35	4	0,16	
	Ватрушка с творогом	55	25	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		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		1885	430	1904	63	64,4	264,1	839,8	12,6	210	840,11	0,98	1,1	629,5	49	8,27	

Заведующая производством

Калькулятор

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

02.05.2025г

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

Неделя: Первая

День: пятница

Вариант № 6

ИНН 2723009714

Прием пищи № рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Минеральные			Витамины, мг						
					Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	A(рет.экв./сут)	C	E	
Завтрак 7-11 лет																	
151	Пельмени мясные отварные из п/ф промышленного производства, масло сливочное, 230/10	240	119,03	389,6	13,78	17,9	66,8	126,7	2,04	30,6	139	0,21	0,15	165	0,39	1,85	
98	Чай с сахаром, с лимоном 200/10	210	8,03	81	1,52	1,35	15,9	136,8	0,41	15,4	02,8	0,04	0,16	10	14,6	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	50	6,3	116,9	3,95	0,5	1,05	11,5	0,55	16,5	43,5	0,05	0,04	0	0	0,65	
Итого расчетная стоимость			133,36														
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 из п/ф промышленного производства, масло сливочное, 260/10	270	132,26	426,9	19,9	20,82	55,08	276,4	2,33	45,1	236	0,26	0,35	225	17,5	1,1	
98	Чай с сахаром, лимоном 200/10	210	8,03	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	28,5	60,9	0,09	0,05	0	0	0,91	
Итого расчетная стоимость			149,11														
Итого завтрак		550	120	680	25,5	23	95,75	300	4,5	75	300	0,35	0,4	225	17,5	2,01	
Обед 7-11 лет																	
141	Салат из свеклы с сыром	60	18,14	79,1	3,8	3	4,3	97	0,6	13,7	64,5	0,01	0,05	24	3,4	0,5	
36	Щи из свежей капусты, картофелем , сметаной 200/10	210	14,76	114,48	3,8	4,98	12,3	59,2	0,55	12,2	47,3	0,17	0,07	32	0,5	0,5	
154	Рыба в яйце	90	108,11	199	10,9	10,8	38,47	80,3	1	25	160	0,1	0,26	96	0,1	1,17	
57	Овощи припущенные	150	21,45	237,86	4,29	8,34	24,8	124,4	0,4	22,8	83,2	0,06	0,05	93	13,4	0,6	
115	Сок фруктовый (розлив)	200	21,24	76,3	0,9	0	18	12,6	0,5	7,2	12,6	0,02	0,02	0	3,6	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			0,04	0,03	0	0	0,27	
Итого расчетная стоимость			190														
Итого обед		760	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	28,29	79,1	5,8	6	6,3	97	0,6	13,7	75	0,01	0,05	54	5,15	0,7	
36	Щи из свежей капусты, картофелем и сметаной ,мясо 250/10	260	17,46	123,37	3	8,5	1,74	63,6	0,87	12,2	31,3	0,15	0,07	68,67	9,75	0,6	
154	Рыба в яйце	120	144,14	199	10,9	10,8	38,47	80,3	1	25	160	0,1	0,26	96	0,1	1,4	
57	Овощи припущенные	180	25,74	257,5	5,28	6	29,25	128,1	1,45	9,3	52,7	0,13	0,08	96,33	8,9	1,65	
115	Сок фруктовый (розлив)	200	21,24	114,8	0,7	0,05	27,6	32,3	0,5	17,5	21,9	0,01	0,03	0	0,6	0,4	
	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	17,4	53	0,06	0,06	0	0	0,45	
Итого расчетная стоимость			246,95														
Итого обед		940	190	965	31,5	32,2	134,05	420	6,3	105	420	0,49	0,6	315	24,5	5,59	
Полдник 7-11 лет																	
	Кисло- молочный продукт в т/п	200	48	102	5,5	5,2	7,1	73	0,2	13,5	72	0,02	0,08	32	1,4	0,2	
	Фрукты свежие(банан),	125	47	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4	0,16	
	Ватрушка с творогом	50	25	86	1,8	2,3	22,6	1	0,4	4,5	17	0,07	0,04	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	48	102	5,5	5,2	7,1	73	0,4	13,5	72	0,02	0,06	32	1,4	0	
	Фрукты свежие(банан),	125	47	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4	0,16	
	Ватрушка с творогом	55	25	110	3,1	3,6	27,4	11	0,8	9,5	27	0,09	0,02	23	1,6	0,26	
Итого полдник		380	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		1635	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		1870	430	1904	66	64,4	268,1	840	12,6	210	840	0,98	1,1	630	49	8,02	

Заведующая производством

калькулятор

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ на 03.05.2025г

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

Неделя: Вторая

День: суббота

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 (ретинол/сут)	C	E	
Завтрак 7-11 лет																	
51 105	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																	
51 105	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 соевым соусом	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	
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 соевым соусом	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	
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	

Дружеская производством

Калькулятор

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!