

МЕНЮ НА 18.04.2027

Согласовано

Директор



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

ИНН 2723009714

Вариант № 13

62

Неделя: Третья

День: Понедельник

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(мкг)	C	E	
Завтрак 7-11 лет																	
	Суп молочный с макаронными изделиями, масло сливочное, 250/5	255	26,49	216,93	6,34	3,95	39,29	205,8	0,35	23	80,59	0,16	0,1	0	12	1,3	
	Сыр порциями	10	11,49	65,72	0,1	7,2	0,13	2,4	0,2	2,64	3	0,04	0,01	40	1,67	0,1	
	Яйцо вареное	50	14,76	62,84	5,08	1,6	0,28	22	1	4,8	76,8	0,03	0,18	135	0	0,24	
	Какао с молоком	200	19,60	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	50	5,10	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			77,44														
Итого завтрак		565	70,00	587,5	19,25	19,75	83,75	275	3	62,5	275	0,3	0,35	175	15	2,29	
Завтрак 12-18 лет																	
	Суп молочный с макаронными изделиями, масло сливочное, 250/5	255	26,49	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	
	Сыр порциями	15	17,23	94,67	1,21	8,67	0,53	3	0	0	4	0	0	79,1	2,25	0,1	
	Яйцо вареное	50	14,76	62,84	5,08	4,6	0,28	22	1	4,8	76,8	0,03	0,02	100	0	0,24	
	Какао с молоком	200	19,96	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	7,14	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			85,58														
Итого завтрак		590	70	680	22,5	23	95,75	300	4,5	75	300	0,35	0,4	225	17,5	2,95	
Обед 7-11 лет																	
	Огурец соленый	60	24,36	6	0,6	0,06	0,9	12	0	7,7	16,2	0,07	0,07	0	1,8	0,5	
	Свекольник, сметана	260	22,1	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	60,64	437	16,3	20,38	51,38	175,6	0,9	36,2	108,9	0,09	0,1	45	0,26	1,3	
	Компот из смеси сухофруктов	200	7,94	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	2,04	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	3,06	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			120,14														
Итого обед		770	120	822,5	26,95	27,65	117,25	385	4,2	87,5	385	0,42	0,49	245	21	3,68	
Обед 12-18 лет																	
	Огурец соленый	100	40,60	12	0,6	0,21	0,9	24	0	14,7	23	0,09	0,07	20	1,8	0,5	
	Свекольник, сметана, 250/10	260	22,10	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	
	Плов с мясом	200	60,64	437	16,3	20,38	51,38	175,6	0,9	36,2	108,9	0,09	0,1	45	0,26	1,3	
	Компот из смеси сухофруктов	200	7,94	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	3,06	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	5,10	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			139,44														
Итого обед		840	120	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 (розлив)	200	16,00	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.	150	36,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	45,3	0,03	0,02	35	4	0,16	
	Булочка "Майская"	50	18,00	113	6,4	7,5	24,7	38,6	0,1	10,1	52,1	0,07	0,06	5	0	0,6	
Итого полдник		400	70	235	7,7	7,9	33,5	110	1,2	25	110	0,12	0,14	70	6	0,96	
Полдник 12-18 лет																	
	Сок фруктовый (розлив)	200	16,00	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.	150	36,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	45,3	0,03	0,02	35	4	0,16	
	Булочка "Майская"	55	18,00	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		405	70,00	1645	53,9	55,3	234,5	770	8,4	175	770	0,84	0,98	490	42	6,93	
Итого день 7-11 лет		1735	260	1904	63	64,4	268,1	840	12,6	210	840	0,98	1,1	630	49	8,5	
Итого день 12-18 лет		1835	260	1904	63	64,4	268,1	840	12,6	210	840	0,98	1,1	630	49	8,5	

Калькулятор

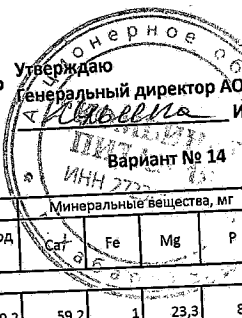
производство

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ НА 19.04.2022г



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



Неделя: Третья

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Пищевые вещества				Минеральные вещества, мг				Витамины, мг			
					Белки	Жиры	Углеводы	Сах	Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	A(мкг)	C
Завтрак 7-11 лет																
	Сосиска отварная, соус 50/50	100	34,08	157,9	6,44	8,5	10,2	59,2	1	23,3	89,1	0,09	0,11	49	1,2	0,3
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное, 180/10	190	24,16	214,7	6,03	7,73	40,5	82,1	0,6	16,6	87,5	0,07	0,1	98,6	0,27	0,95
	Сыр порциями	15	17,23	36	2,3	3	0	108	0,49	3,7	50	0,09	0,1	27,4	0,7	0
	Чай с сахаром ,лимоном	205	5,25	62	0,53	0,02	15	14,2	0,36	2,4	4,9	0	0	0	12,83	0
	Хлеб пшеничный йодированный	50	5,10	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		85,82														
Итого завтрак		560	70	587,5	19,25	19,75	83,75	275	3	62,5	275	0,3	0,35	175	15	1,9
Завтрак 12-18 лет																
	Сосиска отварная, соус, 50/50	100	34,08	157,9	6,4	8,5	10,2	59,2	1	23,3	89,1	0,09	0,11	49	1,2	0,3
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное, 180/10	190	24,16	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
	Сыр порциями	15	17,23	94,67	1,21	8,67	0,53	3	0	0	4	0	0	79,1	2,25	0,1
	Чай с сахаром ,лимоном, 200/5	205	5,25	62	0,53	0,02	15	14,2	0,36	2,4	4,9	0	0	0	12,83	0
	Хлеб пшеничный йодированный	70	7,14	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		87,86														
Итого завтрак		580	70	680	22,5	23	95,75	300	4,5	75	300	0,35	0,4	225	17,5	2,26
Обед 7-11 лет																
	Салат из белокочанной капусты	60	11,79	50,9	1,33	3,94	5,52	24	0,32	8,9	20,3	0,01	0,01	45	3,5	1,2
	Суп из овощей	200	14,21	101,3	3,2	3,3	11,2	129,6	0,6	15,5	105,6	0,03	0,07	54	4,6	1,4
	Рыба,запеченная под молочным соусом, 90/30	120	73,93	242	15,5	10,67	31,55	146	1,03	14,1	121	0,21	0,24	96	0,6	1,1
	Пюре картофельное,	150	23,42	197,74	2,96	9,16	31	41,6	0,8	17,4	67	0,1	0,1	50	1,7	0,15
	Сок фруктовый (розлив)	200	16	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	20	2,04	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	3,06	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		144,45														
Итого обед		780	120	822,5	26,95	27,65	117,25	385	4,2	87,5	385	0,42	0,49	245	21	5,38
Обед 12-18 лет																
	Салат из белокочанной капусты	100	19,66	60,9	2,58	6,2	5,52	42	0,32	8,9	20,3	0,01	0,01	62	7,5	0,9
	Суп из овощей	250	17,76	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
	Рыба,запеченная под молочным соусом, 90/30	120	73,93	242	15,5	10,67	31,55	146	1,03	14,1	121	0,21	0,24	96	0,6	1,6
	Пюре картофельное	180	28,1	192,8	3,38	7,87	27,49	41,6	1,02	17,4	67	0,1	0,1	50	2	0,15
	Сок фруктовый (розлив)	200	16	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	3,06	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	5,1	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		163,61														
Итого обед		930	120	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-молочный продукт	180	26,00	102	5,5	5,2	7,1	73	0,2	13,5	72	0,08	0,08	32	1,4	0
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт.	150	26,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4	0,16
	Творожник сдобный	55	18,00	86	1,8	2,3	22,6	1	0,4	4,5	17	0,01	0,04	3	0,6	0,26
Итого полдник		385	70	235	7,7	7,9	33,5	110	1,2	25	110	0,12	0,14	70	6	0,42
Полдник 12-18 лет																
	Кисло-молочная продукция	200	26,00	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.	150	26,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4	0,16
	Творожник сдобный	55	18,00	86	1,8	2,3	22,6	1	0,4	4,5	17	0,01	0,04	3	0,06	0,26
Итого полдник		405	70,00	259	9	9,2	38,3	120	1,8	30	120	0,14	0,1	90	7	0,42
Итого день 7-11 лет		1725	260	1645	53,9	55,3	234,5	770	8,4	175	770	0,84	0,98	490	42	7,7
Итого день 12-18 лет		1915	260	1904	63	64,4	268,1	840	12,6	209,95	840	0,98	1,1	630	49	8,57

Калькулятор

Юющая производством

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

20.04.2022г

Неделя: Третья



Директор



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

День: Среда

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(мкг)	C	E	
Завтрак 7-11 лет																	
	Сырники творожные с повидлом, 200/50	250	129,53	410,6	15,23	19,23	50,7	252,4	2,17	44,6	228,7	0,25	0,31	175	14,97	1,46	
	Чай с сахаром	200	3,50	60	0,07	0,02	15	11,1	0,28	1,4	2,8	0	0	0	0,03	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	50	5,10	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		138,13															
Итого завтрак		500	70	587,5	19,25	19,75	83,75	275	3	62,5	275	0,3	0,35	175	15	2,11	
Завтрак 12-18 лет																	
	Сырники творожные с повидлом, 230/50	280	146,79	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	3,50	60	0,07	0,02	15	11,1	0,28	1,4	2,8	0	0	0	0,03	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	70	7,14	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		157,43															
Итого завтрак		550	70	680	22,5	23	95,75	300	4,5	75	300	0,35	0,4	225	17,5	2,37	
Обед 7-11 лет																	
	Салат из моркови отварной	60	8,76	44,34	0,86	5,22	7,87	12,9	0,2	12	16,6	0,03	0,05	0	0,96	1,9	
	Суп картофельный с крупой и сайрой, 250/30	280	24,52	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	69,13	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	12,49	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	20	2,04	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	3,06	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		120															
Итого обед		790	120	822,5	26,95	27,65	117,25	385	4,2	87,5	385	0,42	0,49	245	21	3,73	
Обед 12-18 лет																	
	Салат из моркови отварной	100	14,11	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 крупой и сайрой, 250/30	280	24,52	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	200	69,13	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	12,49	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	3,06	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	5,1	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		128,41															
Итого обед		860	120	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(розлив)	200	16,00	75	0,9	0	5	35,4	0,5	7,9	55,9	0,02	0,06	30	2	0,2	
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт.	150	36,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	2	0,03	0,02	35	4	0,16	
	Слойка кондитерская	50	18,00	113	6,4	7,5	24,7	38,6	0,1	10,1	52,1	0,07	0,06	5	0	0,6	
Итого полдник		400	70	235	7,7	7,9	33,5	110	1,2	25	110	0,12	0,14	70	6	0,96	
Полдник 12-18 лет																	
	Сок фруктовый(розлив)	200	16,00	75	0,9	0	5	35,4	0,5	7,9	55,9	0,02	0,06	30	2	0,2	
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт.	150	36,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	2	0,03	0,02	35	4	0,16	
	Слойка кондитерская	55	18,00	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		405	70	259	9	9,2	38,3	120	1,8	30	120	0,14	0,1	90	7	0,96	
Итого день 7-11 лет		1690	260	1645	53,9	55,3	234,5	770	8,4	175	770	0,84	0,98	490	42	6,8	
Итого день 12-18 лет		1815	260	1904	63	64,4	268,1	840	12,6	210	840	0,98	1,1	630	49	8,07	

Калькулятор

Ющая производством

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ НА 21.04.2022г

Неделя: Третья



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



Вариант № 16

День: Четверг

Витамины, мг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена блюда	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Минеральные вещества, мг								
					Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Fe	Mg	P	Na	K	Cl	S	E
Завтрак 7-11 лет																
	Птица тушенная в соусе	100	54,98	73,4	7,92	8,8	7,2	37,79	1,06	9,7	27,6	0,05	0,23	95	1,5	0,8
	Рис припущенный	150	11,40	242	3,78	7,78	29,3	67,04	0,59	11,8	82,3	0,17	0,05	80	12,03	0,6
	Кофейный напиток с молоком	200	19,01	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	50	5,10	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		90,49														
Итого завтрак		500	70,00	587,5	19,25	19,75	83,75	275	3	62,5	275	0,3	0,35	175	15	2,05
Завтрак 12-18 лет																
	Птица тушенная в соусе	100	54,98	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
	Рис припущенный	180	14,55	65,86	2,22	0,86	13,31	11	0,76	5,5	31	0,2	0,3	84	15,93	1,07
	Кофейный напиток с молоком	200	19,01	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	7,14	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		95,68														
Итого завтрак		550	70	680	22,5	23	95,75	300	4,5	75	300	0,35	0,4	224	17,5	2,31
Обед 7-11 лет																
	Салат "Степной"	60	12,72	46	1,3	3,1	3,5	24	0,3	8	14,4	0,02	0,03	25	1,1	1,5
	Суп картофельный с крупой гречневой	250	14,97	128,1	5,5	6,44	17,1	182,1	0,6	21,2	197,1	0,25	0,2	46	1	1
	Капуста тушенная с мясом, 50/150	200	74,74	429,74	16,37	17,4	51,43	144	1,25	27,2	100,9	0,07	0,15	174	1,11	1,37
	Компот из свежемороженых ягод (смородины)	200	15,93	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	2,04	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	3,06	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		123,46														
Итого обед		760	120	822,5	26,95	27,65	117,25	385	4,2	87,5	385	0,42	0,49	245	21	4,6
Обед 12-18 лет																
	Салат "Степной"	100	21,2	99,52	1,94	4,83	3,44	42	0,3	8	19,5	0,13	0,01	68	4,1	1,8
	Суп картофельный с крупой гречневой	250	14,97	141,61	6,85	8,94	13,65	191,91	1,97	25,55	197,1	0,18	0,29	73	1,5	1
	Капуста тушенная с мясом, 50/150	200	74,74	429,74	16,37	17,4	51,43	144	1,25	27,2	100,9	0,07	0,15	174	1,11	1,97
	Компот из свежемороженых ягод (смородины)	200	15,93	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	3,06	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	5,1	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		135														
Итого обед		830	120	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	180	26,00	102	5,5	5,2	7,1	73	0,2	13,5	72	0,04	0,1	32	1,4	0
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт	150	26,00	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	18,00	86	1,8	2,3	22,6	1	0,4	4,5	17	0,05	0,02	3	0,6	0,26
Итого полдник		380	70	235	7,7	7,9	33,5	110	1,2	25	110	0,12	0,14	70	6	0,42
Полдник 12-18 лет																
	Кисло-молочная продукция	200	26,00	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	150	26,00	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	18,00	86	1,8	2,3	22,6	1	0,4	4,5	17	0,05	0,02	3	0,6	0,26
Итого полдник		400	70	259	9	9,2	38,3	120	1,8	30	120	0,14	0,1	90	7	0,42
Итого день 7-11 лет		1640	260	1645	53,9	55,3	234,5	770	8,4	175	770	0,84	0,98	490	42	7,07
Итого день 12-18 лет		1780	260	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 22.04.2022г

Неделя: Третья



Директор
 Акт утверждаю
 Генеральный директор АО "Комбинат питания"
 Ильяна И.Н.
 ИИН 27230
 Вариант № 17

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Минеральные вещества, мг					Витамины, мг			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	B1	B2	A(мкг)	C	E	
Завтрак 7-11 лет																
	Биточки мясные, соус 90\30	120	55,87	198,49	11,1	13,33	18,8	234,53	1,56	17,67	165,1	0,16	0,06	108	0,3	0,93
	Каша рассыпчатая гречневая, масло сливочное 150\5	155	25,18	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
	Чай с сахаром, лимоном	205	5,25	62	0,53	0,02	15	14,2	0,36	2,4	4,9	0	0	0	14,2	0
	Хлеб пшеничный йодированный	50	5,10	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		91,40														
Итого завтрак		530	70	587,5	19,25	19,75	83,75	275	3	62,5	275	0,3	0,35	175	15	2,18
Завтрак 12-18 лет																
	Биточки мясные, соус 100\30	130	61,77	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	28,98	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, лимоном	205	5,25	62	0,53	0,02	15	14,2	0,36	2,4	4,9	0	0	0	14,2	0
	Хлеб пшеничный йодированный	70	7,14	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		103,14														
Итого завтрак		590	70	680	22,5	23	95,75	300	4,5	75	300	0,35	0,4	225	17,5	2,24
Обед 7-11 лет																
	Салат из свеклы с сыром	60	15,37	51,1	1,39	5,16	12,11	19,4	0,55	8,7	37,13	0,06	0,06	25	8,56	1,02
	Щи из свежей капусты, картофелем, сметаной, мясом 250\10\10	270	36,66	128,3	3,3	4,7	11,8	139	0,6	8,9	100,1	0,03	0,05	50	8,64	1
	Котлета рыбная, соус сметанный 100\30	130	42,89	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
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное 150\5	155	15,98	202,1	7,1	8,5	30,6	15	0,5	15	28,39	0,06	0,08	0	1,1	0,9
	Компот из смеси сухофруктов	200	7,94	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	20	2,04	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	3,06	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		123,94														
Итого обед		865	120	822,5	26,95	27,65	117,25	385	4,2	87,5	385	0,42	0,49	245	21	5,25
Обед 12-18 лет																
	Салат из свеклы с сыром	100	25,61	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, мясом 250\10\10	270	36,66	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
	Котлета рыбная, соус сметанный 100\30	130	42,89	252,7	12,9	14,7	25,9	167,8	1,2	23	128,28	0,2	0,2	245	1,1	0,8
	Макаронные изделия отварные 180\5	185	17,98	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 смеси сухофруктов	200	7,94	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	2,88	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	4,80	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		138,76														
Итого обед		965	120	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(розлив)	200	16,00	102	5,5	5,2	7,1	73	0,2	13,5	72	0,02	0,1	32	1,4	0
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт.	150	36,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4	0,16
	Пирожное "Песочное кольцо"	48	18,00	86	1,8	2,3	22,6	1	0,4	4,5	17	0,07	0,02	3	0,6	0,26
Итого полдник		398	70	235	7,7	7,9	33,5	110	1,2	25	110	0,12	0,14	70	6	0,42
Полдник 12-18 лет																
	Сок фруктовый(розлив)	200	16,00	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.	150	36,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4	0,16
	Пирожное "Песочное кольцо"	50	18,00	110	3,1	3,6	27,4	11	1	9,5	27	0,09	0,07	23	1,6	0,26
Итого полдник		400	70	259	9	9,2	38,3	120	1,8	30	120	0,14	0,1	90	7	0,42
Итого день 7-11 лет		1793	260	1645	53,9	55,3	234,5	770	8,4	175	770	0,84	0,98	490	42	7,85
Итого день 12-18 лет		1955	260	1904	63	64,4	268,1	840	12,6	210	840	0,98	1,1	630	49	8,62

Калькулятор

щая производством

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ НА 23.04.2022г

Неделя: Третья



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Минеральные вещества, мг					Витамины, мг				
				Белки	Жиры	Углевод	Ca	P	Mg	K	Na	Cl	B1	B2	A(мкг)	C
Завтрак 7-11 лет																
	Каша молочная с крупой пшениной, масло сливочное, 250/5	255	36,18	354,6	12,93	16,23	50,57	164,4	2,07	33,8	153,7	0,1	0,2	134	11,27	0,82
	Сыр порциями	20	22,97	36	2,3	3	0,13	88	0,1	10,8	65	0,08	0,06	26	3,7	0,2
	Чай с сахаром, с молоком	200	9,20	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	5,10	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			73,45													
Итого завтрак		525	70	587,5	19,25	19,75	83,75	275	3	62,5	275	0,3	0,35	175	15	1,67
Завтрак 12-18 лет																
	Каша молочная с крупой пшениной, масло сливочное, 250/10	260	42,36	406,77	14,6	16,82	55,08	188,4	2,23	34,26	161,3	0,11	0,24	184	13,77	0,9
	Сыр порциями	20	22,97	0,13	2,3	4	0	88	0,1	10,8	65	0,08	0,06	26	3,7	0,2
	Чай с сахаром, с молоком	200	9,2	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	7,14	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			81,67													
Итого завтрак		550	70	680	22,5	23	95,75	300	4,5	75	300	0,35	0,4	225	17,5	2,01
Обед 7-11 лет																
	Салат Витаминный	60	13,06	35,6	0,67	3,9	1	8,4	0,3	7,5	15,1	0,1	0,12	25	2,2	1
	Суп картофельный с крупой с мясными фрикадельками 250/20	270	43,11	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
	Сердце в соусе	120	90,32	238,3	9,92	9,9	29,17	144,7	1,05	26,8	171	0,06	0,08	119	1	1,2
	Рис припущенный с овощами	150	16,84	210,1	3,8	5,7	36,6	76,6	0,5	19,1	61,5	0,08	0,1	27	0,4	0,7
	Сок фруктовый(розлив)	200	16,00	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	20	2,04	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	3,06	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			184,43													
Итого обед		850	120	822,5	26,95	27,65	117,25	385	4,2	87,5	385	0,42	0,49	245	21	4,9
Обед 12-18 лет																
	Салат Витаминный	100	21,77	70,6	0,67	4,9	2	21,1	0,3	7,5	15,1	0,17	0,1	52	4,1	0,8
	Суп картофельный с крупой с мясными фрикадельками 250/20	270	43,11	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
	Сердце в соусе	120	90,32	228,3	9,92	9,9	29,17	144,7	1,05	26,8	171	0,06	0,08	119	1	1,2
	Рис припущенный с овощами	180	20,22	240,1	3,8	5,7	38,6	82	0,77	15	66,6	0,1	0,1	27	0,92	1,8
	Сок фруктовый(розлив)	200	16,00	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	3,06	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	5,10	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			199,58													
Итого обед		950	120	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	200	26,00	102	5,5	5,2	7,1	73	0,2	13,5	72	0,05	0,1	32	1,4	0
	Фрукты свежие (Банан), 1 шт.	150	26,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4	0,16
	Кекс с творогом	50	18,00	86	1,8	2,3	22,6	1	0,4	4,5	17	0,04	0,02	3	0,6	0,26
Итого полдник		400	70,00	235	7,7	7,9	33,5	110	1,2	25	110	0,12	0,14	70	6	0,42
Полдник 12-18 лет																
	Кисло-молочная продукция	200	26,00	126	6,8	6,5	11,9	83	0,8	18,5	82	0,04	0,06	52	2	0
	Фрукты свежие (Банан), 1 шт.	150	26,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4	0,16
	Кекс творожный	50	18,00	86	1,8	2,3	22,6	1	0,4	4,5	17	0,07	0,02	3	1	0,26
Итого полдник		400	70,00	259	9	9,2	38,3	120	1,8	30	120	0,14	0,1	90	7	0,42
Итого день		1775	260	1645	53,9	55,3	234,5	770	8,4	175	770	0,84	0,98	490	42	6,99
Итого день		1900	260	1904	63	64,4	268,1	840	12,6	210	840	0,98	1,1	630	49	8,54

Калькулятор

Заведующая производством

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!