

МЕНЮ на 07.04.2025 год

Неделя: Вторая

Согласовано
Директор

Дата: понедельник

Утверждено

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

Вариант № 7

Порядковый номер блюда	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Минеральные				Витамины, мг					
					Белки	Жиры	Углеб. воды	Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	A(рети- нол)	C	E	
Завтрак 7-11 лет																	
105	2 Каша молочная с крупой пшеничной, масло сливочное, 250/5	255	51,07	186,84	5,52	4,78	37,02	180	0,85	11,87	20	0,19	0,27	35	0,5	1,01	
	4 Сыр порционный	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	4,5	0,28	22	1	4,8	77	0,03	0,02	100	0	0,24	
	Кофейный напиток с молоком	200	24,53	155,2	3,6	2,57	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	0,6	
Итого расчетная стоимость			120,00														
Итого завтрак			565	120,00	382,5	19,25	19,75	83,75	275	3	62,5	275	0,3	0,35	175	15	2,5
Завтрак 12-18 лет																	
105	2 Каша молочная с крупой пшеничной, 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 порционный	15	17,69	94,67	1,21	8,57	0,53	3	0	0	4	0	0	75,1	2,3	0,1	
	5 Яйцо вареное	50	23,22	62,84	5,08	4,5	0,28	22	1	4,8	77	0,03	0,02	100	0	0,24	
	Кофейный напиток с молоком	200	24,53	155,2	3,6	2,57	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	0,06	0	0	0,91	
Итого расчетная стоимость			136,11														
Итого завтрак			595	120	680	22,5	23	95,75	300	4,5	75	300	0,35	0,4	235	18	1,55
Обед 7-11 лет																	
135	34 Салат из квашенной капусты	60	33,6	8	0,6	0,06	0,9	12	0	7,7	13	0,05	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	53	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	0,08	20	0,9	1,24	
	99 Компот из плодов и ягод сушеных (журага)	200	17,24	114,8	0,7	0,05	27,6	32,3	0,5	17,5	22	0,01	0,03	0	1,8	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	20	2,52	46,76	1,58	0,2	9,56	4,6	0,22	5,6	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																	
135	34 Салат из квашенной капусты	100	56,01	8	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	6,67	30,55	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	16,89	36,9	127	2,33	15,67	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	0,06	60	4,4	1,6	
	99 Компот из плодов и ягод сушеных (журага)	200	17,24	114,8	0,7	0,05	27,6	32,3	0,5	17,5	22	0,01	0,03	0	1,8	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	30	3,78	76,23	2,37	0,3	14,48	7,15	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	0,5	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	0,05	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	0,01	35	4	0,16	
	Булочка "Васнушка"	30	22,00	113	6,4	7,5	24,7	38,5	0,1	10,1	62	0,07	0,05	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	0,05	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	0,01	35	4	0,16	
	Булочка "Васнушка"	50	22,00	137	7,7	8,8	20,5	48,5	0,7	15,1	75	0,09	0,02	25	1	0,6	
Итого полдник			375	120,00	259	9	9,2	38,5	120	1,8	30	120	0,14	0,1	90	7	0,96
Итого день 7-11 лет			1680	430	1945	53,5	55,3	234,5	770	8,4	175	770	0,84	0,98	490	42	7
Итого день 12-18 лет			1990	430	1869	63	61,4	258,1	810	12,6	210	810	0,58	1,1	560	49	8,28

Заведующая производством

Калькулятор

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ на 09.04.2025 год

Согласовано

Директор

Утверждено
директор АО "Комбинат питания"
Ильина И.И.

Генеральный

Надлежа: Вторник

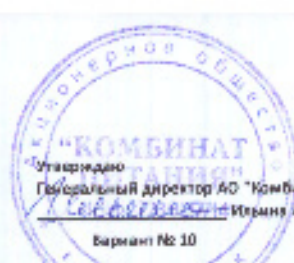
Вариант № 3

Порядковый номер блюда	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Минеральные вещества, мг					Витамины, мг			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	Аскорб. (в/сут)	C	E
Завтрак 7-11 лет																
292/200	Птица тушеная с овощами в соусе сметанном с помидором 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 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
	Кавказ 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 Ядрованный	50	6,33	116,9	3,33	0,3	18,03	11,5	0,55	16,5	43,5	0,08	0,08	0	0	0,65
Итого расчетная стоимость				171,62												
Итого завтрак		505	120	587,5	19,25	19,73	83,73	275	3	62,5	275	0,5	0,35	173	15	2,5
Завтрак 12-18 лет																
292/200	Птица тушеная с овощами в соусе сметанном с помидором 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 отварные, масло сливочное, 180/5	185	25,04	251,6	5,93	11,58	38,53	46	0,13	11,8	38,3	0,12	0,16	113,5	5,87	1,05
	Кавказ 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 Ядрованный	70	8,82	193,1	5,53	1,16	25,67	12,5	1,88	28,54	60,9	0,09	0,09	0	0	0,91
Итого расчетная стоимость				133,26												
Итого завтрак		565	120	680	22,5	23	95,73	293,8	4,5	75	300,11	0,35	0,4	214,5	17,5	3,36
Обед 7-11 лет																
64/201	Салат из стручковой фасоли	60	29,1	31,54	0,5	0,06	6,27	13	0,3	8,5	24	0,02	0,05	25	2	0,6
	Барани с капустой и картофелем	200	19,19	182,2	8,2	4,2	11,3	90,6	0,34	13,2	79,6	0,07	0,08	34	1,3	1,62
	Котлета рыбная в сметанном соусе 90/10	130	65,89	212	16,29	15,4	18,5	147	1,03	20,9	141,8	0,12	0,06	91	6,4	0,6
	Пюре картофельное	150	25,7	212,8	3,1	9,16	38	101,6	0,8	27,4	87	0,1	0,2	95	6,8	0,15
	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 Ядрованный	20	2,52	46,76	1,58	0,2	9,36	4,8	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	4,9	0,33	7,5	31,8	0,04	0,03	0	0	0,27
Итого расчетная стоимость				120												
Итого обед		780	130	822,5	26,95	27,65	117,25	385	4,2	87,5	385	0,42	0,49	245	21	3,3
Обед 12-18 лет																
64/201	Салат из стручковой фасоли	100	40,52	40,3	2	1,8	8,3	32	0,4	8,65	24	0,05	0,06	0,67	3	0,06
	Барани с капустой и картофелем	250	23,99	199,37	3,2	4,2	14,3	91,41	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	1,03	20,9	146,8	0,12	0,1	127,65	6,4	0,6
	Пюре картофельное	180	30,84	212,8	4,1	10,15	49	101,6	1,02	27,4	87	0,1	0,2	130	1,8	
	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 Ядрованный	30	3,78	76,25	2,37	0,3	14,49	7,19	0,33	8,8	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	0,05	0,06	0	0	0,45
Итого расчетная стоимость				220,45												
Итого обед		940	130	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	100	33,5	75	0,9	0	5	32,6	0,5	7,8	32,6	0,02	0,06	30	2	0,2
	Фрукты свежие (груша)	125	61,5	47	0,4	0,4	3,8	88,8	0,6	7	15,3	0,03	0,02	35	4	0,16
	Ватрушка с творогом	50	25	113	6,4	7,5	14,7	38,8	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	100	33,5	75	0,9	0	5	32,6	0,5	7,8	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	88,8	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		1850	430	1645	53,6	55,3	234,5	770	8,8	175	770	0,84	0,94	430	42	7
Итого день 12-18 лет		1885	430	1904	63	64,4	254,1	839,8	12,6	210	840,13	0,98	1,1	629,5	49	8,27

Заведующая производством

Калькулятор

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!



МЕРЮ на 10.04.2025г

Неделя: Вторая

Позиция меню	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Микроэлементы						Витамины, мг		
					Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	A (ретинол)	C	E
Завтрак 7-11 лет																
8/110	Запеканка творожная с молоком стученным 200/50	250	197,77	410,6	15,2	19,23	67,7	252	2,67	46,5	229	0,2	0,51	175	15	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 водородный	50	6,30	116,9	3,95	0,5	1,06	11,5	0,03	16,5	44,5	0,1	0,04	0	0	0,63
Итого расчетная стоимость				207,90												
Итого завтрак		500	120	587,5	19,3	19,75	82,75	275	3	63,5	275	0,3	0,55	175	15	2,5
Завтрак 12-18 лет																
8/110	Запеканка творожная с молоком стученным, 230/50	280	223,85	426,9	16,9	20,82	55,08	276	2,31	45,1	236	0,3	0,55	215	17,5	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
97	Хлеб пшеничный водородный	70	8,82	193,1	5,53	2,16	25,67	12,5	1,49	28,5	60,9	0,3	0,05	0	0	0,91
Итого расчетная стоимость				256,30												
Итого завтрак		550	120	680	22,5	23	95,75	300	4,5	73	300	0,4	0,4	215	17,5	2,77
Обед 7-11 лет																
37	Салат картофельный с огурцами	60	17,13	46,8	1,23	3,35	4,3	25	0,3	10	23	0	0,01	19,5	1,5	0,3
90	Суп картофельный с крупой (перловой) и рыбной консервой(горбуша), 200/30	230	32,72	135,6	5,16	7,01	13,1	61,1	0,2	25,6	122	0,1	0,1	35	1,8	0,8
72	Бефстроганов на масле 30/10	100	99,5	179,44	2,4	8,2	15,33	194	0,2	9	85	0,3	0,21	110,5	2,6	1,07
54	Рис припущенный	150	17,25	242	5,78	7,78	45,3	67	0,59	11,8	82,3	0	0,05	80	1,5	0,6
150	Компот из свежемороженных ягод (смородины)	200	23,2	102,9	0,52	0,18	24,84	23,4	1,76	17	23,4	0	0,03	0	13,6	0,2
	Хлеб пшеничный водородный	20	2,52	46,76	1,58	0,7	9,65	4,6	0,12	5,6	17,4	0	0,03	0	0	0,26
	Хлеб ржаной	30	3,78	69	1,68	0,53	0,72	5,9	0,09	7,5	31,8	0	0,05	0	0	0,27
Итого расчетная стоимость				156,1												
Итого обед		790	190	822,5	27	27,35	117,15	585	4,2	87,5	385	0,4	0,49	245	21	3,5
Обед 12-18 лет																
37	Салат картофельный с огурцами	100	28,55	46,8	2,33	4,95	4,3	56	0,3	10	23	0	0,01	0	1,5	1,8
90	Суп картофельный с крупой(перловой) и рыбной консервой(горбуша), 250/30	280	35,36	173,07	8,25	7,24	15,81	71,1	0,2	27	107	0,1	0,21	59	6,8	0,9
72	Бефстроганов на масле 30/20	120	119,4	210	10,8	8,2	13,1	124	1,57	12	105	0,2	0,2	180	2,6	0,1
54	Рис припущенный	180	20,7	242	3,78	10,78	45,3	127	0,54	11,8	82,3	0,1	0,05	96	0	0,6
150	Компот из свежемороженных ягод (смородины)	200	23,2	102,9	0,52	0,18	24,84	23,4	1,76	17	23,4	0	0,02	0	13,6	0,2
	Хлеб пшеничный водородный	30	3,78	76,23	2,37	0,3	14,49	7,19	0,33	9,9	26,1	0	0,05	0	0	0,30
	Хлеб ржаной	50	6,3	115	1,45	0,45	16,2	11,5	1,35	17,4	53	0,1	0,05	0	0	0,45
Итого расчетная стоимость				257,25												
Итого обед		960	190	965	31,5	22,2	134,05	420	6,3	105	470	0,5	0,6	215	24,5	4,74
Полдник 7-11 лет																
	Кисло-молочная продукция в т/п (Бифилайф)	250	48	102	5,5	5,2	7,1	75	0,2	13,5	72	0	0,1	32	1,4	0,3
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт	1шт	37	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0	0,02	35	4	0,16
	Пирожное "Бисквитное"	50	35	86	1,8	2,2	22,5	1	0,4	4,7	17	0,1	0,03	3	0,6	0,54
Итого полдник		900	120	235	7,7	7,8	33,5	112	1,2	25	110	0,1	0,14	70	6	1
Полдник 12-18 лет																
	Кисло-молочная продукция в т/п (Бифилайф)	250	48	126	6,8	6,5	11,9	83	0,8	18,5	82	0	0,06	52	2,4	0
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт	1шт	37	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0	0,02	35	4	0,16
	Пирожное "Бисквитное"	50	35	86	1,8	2,2	22,5	1	0,4	4,5	17	0,1	0,02	3	0,6	0,16
Итого полдник		900	120	259	9	9,2	38,3	120	1,6	30	120	0,1	0,1	90	7	0,42
Итого день 7-11 лет		1590	430	1645	53,5	55,5	224,5	770	8,4	175	770	0,8	0,58	460	42	7
Итого день 12-18 лет		1810	430	1904	63	64,4	258,1	840	12,7	210	840	1	1,1	650	49	7,93

Знаменатель производим 1000

● 2016. 12. 12. 14:00

ПРИИТНОГО АППЕТИТА:

МЕНЮ на 11.04.2025г

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

Неделя: Вторая

Дата составления

Вариант № 11

Код на раздатке	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Минеральные вещества, мг				Витамины, мг				
					Белки	Жиры	Углевод ы	Са	Ca	Mg	P	B1	B2	Вит.аскор	C	E
Завтрак 7-11 лет																
125/12 98	Смелет натуральный с маслом сливочным,зеленый горошек консервированный180/10/30	240	151,79	408,6	15,17	19,23	50,5	249,3	2,59	43,6	127,1	0,25	0,31	175	12,17	1,85
	Чай с сахаром, лимонном, 200/10	210	8,03	62	0,13	0,02	15,2	14,2	0,36	2,4	4,4	0	0	0	1,83	0
	Хлеб пшеничный йодированный	50	6,30	116,9	3,95	0,5	18,05	11,5	0,36	16,5	43,5	0,05	0,04	0	0	0,65
Итого расчетная стоимость			166,12													
Итого завтрак		500	120	587,5	19,25	19,75	83,75	275	3	62,5	275	0,3	0,35	175	15	2,3
Завтрак 12-18 лет																
125/12 98	Смелет натуральный с маслом сливочным,зеленый горошек консервированный210/10/30	270	169,51	424,9	16,84	10,82	54,88	273,3	2,25	44,06	234,7	0,26	0,35	225	14,67	1,92
	Чай с сахаром, лимонном, 200/10	210	8,03	62	0,13	0,02	15,2	14,2	0,36	2,4	4,4	0	0	0	1,83	0
	Хлеб пшеничный йодированный	70	8,82	193,1	5,53	2,16	25,67	12,5	1,89	18,54	60,9	0,09	0,05	0	0	0,91
Итого расчетная стоимость			186,36													
Итого завтрак		550	120	680	22,5	23	95,75	300	4,5	75	300	0,35	0,4	225	17,5	2,43
Обед 7-11 лет																
22/201 60 115	Салат картофельный с кукурузой и морковью	60	19,13	57,34	1,1	2,7	6,5	26,23	0,5	13	21	0,03	0,03	45	1,5	0,6
	Рассольник Ленинградский	200	24,84	116,5	8,16	9,19	15,3	116,4	0,21	23	44,4	0,15	0,2	34	1,3	1,17
	Птица запеченная, соус сливочный 90/10	100	103,4	259	10,66	10,91	54,72	146,3	0,49	2,75	177,9	0,09	0,08	146	0,95	0,85
	Каша рассыпчатая (гречневая)	150	15,09	171	3,25	4,14	6,01	40,57	0,55	17,55	69,13	0,07	0,09	20	0,9	0,15
	Сок фруктовый	200	21,24	102,9	0,52	0,18	24,84	43,4	1,3	17	23,4	0,02	0,02	0	16,35	0,2
	Хлеб пшеничный йодированный	20	2,52	46,76	1,58	0,3	9,66	4,6	0,12	6,6	17,4	0,02	0,04	0	0	0,26
	Хлеб ржаной	30	3,78	69	1,68	0,33	0,72	8,9	0,93	7,5	31,8	0,04	0,03	0	0	0,27
Итого			190,00													
Итого обед		760	190,00	822,5	26,95	27,65	117,25	345	4,7	87,3	385	0,42	0,49	245	21	3,5
Обед 12-18 лет																
22/201 60 115	Салат картофельный с кукурузой и морковью	100	31,88	66	2,8	2,7	6,5	40,1	1,05	10	16,1	0,07	0,1	26	3,5	1,6
	Рассольник Ленинградский	250	25,65	174,87	8,45	13,42	11,79	130,34	1,03	30,35	54,4	0,15	0,2	67	2,8	2,4
	Птица запеченная, соус сливочный 100/10	110	113,08	259	10,66	10,91	54,72	146,9	0,49	3,75	177,9	0,09	0,08	146	0,95	0,15
	Каша рассыпчатая (гречневая)	180	18,11	171	3,25	4,14	6,01	40,57	0,55	17,65	69,13	0,07	0,09	20	0,9	0,15
	Сок фруктовый	200	21,24	102,9	0,52	0,18	24,84	43,4	1,3	17	23,4	0,02	0,02	56	16,35	0,2
	Хлеб пшеничный йодированный	30	3,78	76,23	1,37	0,3	14,49	7,19	0,33	9,9	26,1	0,03	0,05	0	0	0,35
Итого			190,00													
Итого обед		885	190	965	31,5	32,2	134,05	420	6,3	105	420	0,49	0,6	315	24,5	5,34
Полдник 7-11 лет																
	Молоко кипяченое или молоко в т/п	200	47,00	75	0,9	0	5	35,4	0,5	7,9	36,9	0,02	0,05	30	1	0,2
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт.	125	53,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	11	0,03	0,02	35	4	0,15
	Булочка с крошкой	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																
	Молоко кипяченое или молоко в т/п	200	47,00	99	2,2	1,3	9,6	48	1,1	11,2	41,6	0,04	0,02	47	3	0,2
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт.	125	53,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	11	0,03	0,02	35	4	0,16
	Булочка с крошкой	50	25,00	113	6,4	7,5	24,7	36	0,1	10,8	66,4	0,07	0,06	8	0	0,6
	Итого полдник	375	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		1635	430	1645	53,9	55,3	234,5	770	8,4	179	700	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	8,73

Заведующий производством

Калькулятор

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ на 12.04.2025г

Неделя: Вторая



Примечание (для учета)	Наименование блюда	Вес блюда	Цена блюда	Энергетическая ценность	Показатели качества			Минимальные показатели					Потребность, г				
					Белки	Жиры	Углеводы	С	Н	В	Р	К	А	В	Р	К	В
Взрослые 12-18 лет																	
51	Макаронные изделия отварные с сыром, масло сливочное, 150/5	155	41,97	213,4	5,9	9,66	26,5	53,3	0,5	6,7	75,5	1,14	0,17	86,3	1,9	1,15	
	Кисло-молочная продукция (биофильф фруктовый)	200	48,00	102	6,5	1,52	8	17,1	1,85	18	12	3,08	0,12	66,8	11,48	0,1	
	Кофейный напиток с молоком	200	23,73	155,2	4,8	1,67	25,3	43,2	0,6	21,3	65	3,03	0,02	0	1,47	0,5	
	Хлеб пшеничный йодированный	50	6,80	116,9	3,84	0,5	18,25	31,5	0,05	16,5	43,5	3,05	0,04	0	0	0,65	
Итого рацион стандарт				587,5													
Итого завтрак		605	120	587,5	19,15	12,15	58,75	77,9	2,6	62,5	275	2,4	0,25	175	15	2,5	
Взрослые 12-18 лет																	
51	Макаронные изделия отварные с сыром, масло сливочное, 250/5	255	45,83	250	8,22	15,72	44,85	78,4	0,75	11,8	94,1	1,15	0,12	146,3	1,9	0,4	
	Кисло-молочная продукция (биофильф фруктовый)	200	48,00	120	6,5	1,52	8	17,1	1,85	18	12	3,08	0,12	66,8	11,48	0	
	Кофейный напиток с молоком	200	23,73	116,9	4,85	0,5	18,25	43,2	0,6	21,3	65	3,03	0,02	0	1,47	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	70	6,82	193,1	5,38	1,59	25,37	32,5	1,89	23,54	63,9	3,05	0,05	0	0	0,91	
Итого рацион стандарт				587,5													
Итого завтрак		725	120	680	22,5	25	69,57	90,5	4,9	15	90,5	0,55	0,6	215	17,5	1,41	
Взрослые 12-18 лет																	
212/202	Салат из отварной свеклы с соевым соусом	60	15,54	79,1	1,4	1	4,3	97	0,2	13,7	85	0,03	0,05	35	5,4	0,8	
	Суп крестьянский с крупой	200	10,51	136,64	1,7	0,7	13,77	83,2	0,7	17,5	72	0,08	0,08	50	50	0,47	
	Рыба, запеченная под молочным соусом 90/30	120	125,2	184	16,7	13,5	18,5	117	0,8	18,7	119,8	0,19	0,19	143	0,4	1,8	
	Картофель отварной	150	18,63	202,2	2,79	0,6	33,7	35	0,45	13	91	0,15	0,15	28	1,8	0,15	
	Напиток из плодов шиповника	200	13,82	114,8	0,7	0,32	27,8	32,5	0,5	17,5	21,9	0,01	0,05	0	5,4	0,2	
	Хлеб пшеничный йодированный	30	1,52	46,76	1,55	0,2	9,88	4,8	0,21	6,6	17,5	0,03	0,01	0	0	0,26	
	Хлеб ржаной	30	1,78	69	1,55	0,35	5,72	6,8	0,55	7,6	17,5	0,04	0,04	0	0	0,27	
	Итого рацион стандарт			193													
Итого обед		780	190	822,5	18,55	21,84	117,25	95,5	4,3	57,5	365	0,42	0,49	245	21	2,5	
Взрослые 12-18 лет																	
212/202	Салат из отварной свеклы с соевым соусом	100	25,9	84,1	1,4	4	5,3	107	0,7	12,7	85	0,02	0,05	45	5,4	0,4	
	Суп крестьянский с крупой	250	22,63	128,67	2,19	10,7	12,26	83,2	0,8	25,85	47,1	0,08	0,1	65	50	1,8	
	Рыба, запеченная под молочным соусом 100/20	120	127,3	184	16,7	13,5	18,5	117	0,8	18,7	119,8	0,19	0,19	143	0,4	1,8	
	Картофель отварной	180	22,35	262,2	4	2,86	28,7	32,41	1,61	13	81	0,15	0,15	54	5,3	0,15	
	Напиток из плодов шиповника	200	13,82	114,8	0,7	0,32	27,8	32,5	0,5	17,5	21,9	0,01	0,03	0	5,4	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	30	1,78	76,23	2,97	0,8	15,56	7,59	0,31	9,9	25,1	0,03	0,05	0	0	0,99	
	Хлеб ржаной	50	6,3	115	3,45	0,55	18,7	11,5	1,55	17,45	54	0,06	0,05	0	0	0,45	
	Итого рацион стандарт			212,54													
Итого обед		930	190	965	41,5	42,2	124,25	122	6,3	105	422	0,45	0,6	315	25,5	5,79	
Полдник 12-18 лет																	
	Сон фруктовый в т/п	200	33,50	75	0,5	0	5	35,4	0,5	7,9	88,9	0,09	0,06	22	2	0,2	
	Фрукты свежие (апельсин)	125	61,50	47	0,4	0,4	9,8	95	0,9	7	11	0,08	0,02	25	4	0,25	
	Ватрушка с творогом	50	25,00	113	0,4	7,2	24,7	38,5	0,1	17,5	82,1	0,01	0,04	5	0	0,65	
	Итого полдник	375	120	235	1,3	7,6	49,5	110	1,5	25	110	0,12	0,14	32	6	1	
Полдник 12-18 лет																	
	Сон фруктовый в т/п	200	33,50	75	0,5	0	5	35,4	0,5	7,9	88,9	0,09	0,06	22	2	0,2	
	Фрукты свежие (апельсин), 1 шт.	125	61,50	47	0,4	0,4	9,8	95	0,9	7	11	0,08	0,02	25	4	0,25	
	Ватрушка с творогом	55	25,00	137	7,7	0,6	25,5	48,9	0,1	15,5	72,1	0,06	0,02	25	1	0,6	
	Итого полдник	380	120	259	8,6	0,4	40,3	110	1,5	30	110	0,14	0,1	72	7	0,86	
Итого день 12-18 лет		1760	490	1645	53,7	14,5	244,5	275	10,4	125	775	0,94	0,58	490	42	7	
Итого день 12-18 лет		2085	490	1904	62	14,4	292,52	342	12,5	170	892	1,46	1,1	620	49	8,22	

Итого рацион стандарт

Всего: 2085

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!