

МЕНЮ на 08.05.2025 год

Неделя: Вторая

День: понедельник

Утверждаю
Генеральный директор АО "Комбинат питания"
Ветрова И.А.

Вариант № 7

Порядковый номер блюда	Наименование блюда	Вес блюда	Цена блюда	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Минеральные					Витамины, мкг				
					Белки	Жиры	Углеб. сам	Ca	Fe	Mg	P	Se	B2	Аскорт. к.в(мг)	C	E	
Завтрак 7-11 лет																	
2	Каша молочная с крупой пшеничной, масло сливочное, 250/5	255	51,67	186,84	6,52	4,78	37,02	180	0,55	11,9	20	0,2	0,27	35	8,5	1,01	
4	Сыр порционный	10	14,88	65,72	0,1	7,2	0,13	2,4	0	0	3	0	0	40	3	0,1	
5	Молоко вареное	50	23,22	62,84	3,38	4,6	0,28	22	1	4,8	77	0	0,02	100	0	0,24	
105	Кофейный напиток с молоком	200	24,53	155,2	3,5	2,67	25,27	58,7	0,6	29,3	132	0	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	16,3	44	0,1	0,04	0	0	0,65	
Итого расчетная стоимость			120,00														
Итого завтрак		165	120,00	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																	
2	Каша молочная с крупой пшеничной, масло сливочное, 250/10	260	59,85	174,19	7,08	4,9	41	204	1,01	12,3	26	0,2	0,31	75,9	14	0,9	
4	Сыр порционный	15	17,66	94,67	1,21	8,67	0,19	3	0	0	4	0	0	75,1	2,3	0,1	
5	Молоко вареное	50	23,22	62,84	3,38	4,6	0,28	22	1	4,8	77	0	0,02	100	0	0,24	
105	Кофейный напиток с молоком	200	24,53	155,2	3,5	2,67	25,27	58,7	0,6	29,3	132	0	0,02	0	1,5	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	70	8,82	185,1	5,53	2,16	25,67	12,5	1,89	25,5	61	0,1	0,06	0	0	0,91	
Итого расчетная стоимость			134,11														
Итого завтрак		595	130	680	22,5	23	95,75	300	4,5	75	300	0,4	0,4	250	18	1,95	
Обед 7-11 лет																	
136/1	Салат из квашеной капусты с зеленым горошком	60	33,5	6	0,5	0,05	0,9	12	0	7,7	13	0,1	0,05	20	1,8	1,1	
34	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	10,81	180,24	7,3	6,3	25,45	37,3	0,2	14,9	147	0,1	0,19	85	0,5	0,3	
77	Гуляш мясной	100	107,92	234,7	11,84	16,57	36,9	191	1,8	15,7	85	0,1	0,02	122	0,1	0,33	
90	Каша рассыпчатая гречневая	150	15,09	171	3,25	4,14	6,01	40,6	0,53	17,7	69	0,1	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	0,03	0	18	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	20	2,52	46,76	1,58	0,2	9,56	4,6	0,22	6,6	17	0	0,05	0	0	0,25	
	Хлеб ржаной	50	3,78	69	1,68	0,33	9,72	5,9	0,93	7,5	32	0	0,05	0	0	0,27	
Итого расчетная стоимость			190,96														
Итого обед		750	190	822,5	26,35	27,55	117,5	361	4,2	87,3	385	0,4	0,45	245	21	3,1	
Обед 12-18 лет																	
136/1	Салат из квашеной капусты с зеленым горошком	100	56,01	6	0,61	0,06	0,9	12	0	7,7	13	0,1	0,06	0	1,8	2,7	
34	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	15,91	225,1	7,46	6,62	30,95	153	0,3	21,2	144	0,2	0,29	113	0,5	0,3	
77	Гуляш мясной	120	129,50	254,7	12,65	18,89	36,9	127	2,33	16,7	93	0,1	0,02	142	0,1	0,35	
90	Каша рассыпчатая гречневая	180	18,11	115,17	4,25	5,73	7,01	56,7	0,79	14,7	69	0,1	0,09	90	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	0,03	0	18	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	30	3,78	76,23	2,37	0,3	14,49	7,15	0,33	9,9	26	0	0,05	0	0	0,35	
	Хлеб ржаной	50	6,3	115	3,45	0,53	16,2	11,5	1,55	17,4	33	0,1	0,06	0	0	0,45	
Итого расчетная стоимость			246,46														
Итого обед		930	190	930	31,5	32,2	134,3	430	6,2	105	420	0,5	0,6	315	25	5,77	
Полдник 7-11 лет																	
	Сок фруктовый, т/л	200	33,50	75	0,9	0	5	35,4	0,5	7,9	33	0	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	0,02	35	4	0,15	
	Кефир жирный	50	22,00	113	6,4	7,5	24,7	38,5	0,1	10,1	52	0,1	0,05	5	0	0,64	
Итого полдник		375	120,00	235	7,7	7,9	33,5	110	1,2	25	110	0,1	0,14	70	6	1	
Полдник 12-18 лет																	
	Сок фруктовый, т/л	200	33,50	75	0,9	0	5	35,4	0,5	7,9	33	0	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	0,02	35	4	0,16	
	Кефир жирный	50	22,00	137	7,7	8,8	29,5	48,6	0,7	15,1	76	0,1	0,02	25	1	0,6	
Итого полдник		375	120,00	259	9	9,2	38,5	120	1,8	30	120	0,1	0,1	90	7	0,96	
Итого день 7-11 лет		1680	490	1645	51,9	55,3	234,3	720	8,4	175	770	0,8	0,58	490	43	7	
Итого день 12-18 лет		1900	490	1869	57	64,6	268,7	840	12,8	210	1840	1	1,1	650	49	8,78	

Заведующая производством

Калькулятор

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ на 09.09.2025 год

Согласовано
Директор

Детский

Утверждено
Генеральный директор АО "Комбинат питания"

Петрова И.А.

Неделя: Вторая

Вариант № 6

Группа детей и редакция	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Внесение эвал достоинство	Расходные материалы			Материальные ресурсы, кг				Финансы, руб				
					Хлеб	Фрукт	Углевод	С	М	М	Р	Б	С	А/зат	С	Р
Завтрак 7-11 лет																
92/145/28	Плов из птицы, огулец соленный (01.11-01.04), огулец свежий (с 01.09-01.11; 01.04- 31.05) 250/20	270	107,77	408,6	12,17	15,23	50,5	245,3	3,04	49,4	257,3	0,26	0,41	175	17,17	1,85
98	Чай с сахаром, лимоном 200/5	205	5,93	62	0,13	0,02	12,2	14,2	0,35	2,4	4,4	0	0	0	2,83	0
	Хлеб пшеничный йодированный	50	6,50	116,9	0,95	0,0	18,05	13,0	0,55	16,0	45,0	0,15	0,05	0	0	0,62
Итого расчетная стоимость			329,22													
Итого завтрак		525	120	587,5	13,29	15,25	62,75	279	3	61,8	275	0,3	0,06	175	19	2,47
Завтрак 12-18 лет																
92/145/28	Плов из птицы, огулец соленный (01.11-01.04), огулец свежий (с 01.09-01.11; 01.04- 31.05) 250/80	280	108,37	424,9	15,84	21,82	54,55	275,3	3,25	44,35	284,7	0,35	0,3	225	14,57	0,8
98	Чай с сахаром, лимоном 200/5	205	5,35	62	0,14	0,02	13,2	14,2	0,36	2,4	4,4	0	0	0	2,83	0
	Хлеб пшеничный йодированный	70	8,82	193,1	0,55	0,06	25,67	12,5	1,85	26,54	53,5	0,09	0,1	0	0	0,41
Итого расчетная стоимость			329,22													
Итого завтрак		553	120	680	13,5	22	66,75	300	4,5	75	300	0,35	0,4	225	17,3	1,71
Обед 7-11 лет																
138	Винегрет овощной	60	17,63	61,16	1,2	2,4	3,7	24,2	0,5	3,8	26	0,10	0,32	35	3	0,1
40	Суп из овощей	200	13,10	102,1	1,2	0	11,47	143,3	0,6	7,4	80,8	0,02	0,34	88	10	0,8
83	Жаркое по-домашнему	200	132,89	367,2	18,03	21,02	37,0	180,76	1,4	25,6	184	0,3	0,32	122	7,2	1,37
210	Напиток брусничный	200	20,08	196,3	1,16	0,0	47,1	25,84	0,75	30	46	0,03	0,02	0	0,8	0,1
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,52	46,76	1,58	0,0	0,06	4,0	0,22	0,0	17,4	0,03	0,01	0	0	0,18
	Хлеб ржаной	30	3,78	69	1,68	0,03	0,72	0,0	0,03	7,5	21,6	0,04	0,00	0	0	0,17
Итого расчетная стоимость			329,22													
Итого обед		710	190	821,5	25,35	27,05	117,25	385	4,2	87,5	385	0,42	0,46	245	23	2,6
Обед 12-18 лет																
138	Винегрет овощной	100	29,39	54,8	1,3	2,6	6,33	44,2	1,06	12,5	45	0,12	0,08	125	5	0,1
40	Суп из овощей	250	16,36	155,47	4,02	7,25	5,43	181,02	0,71	5,05	85,9	0,05	0,1	80	12,5	0,4
83	Жаркое по-домашнему	200	132,89	367,2	18,03	21,02	47,0	180,76	1,4	25,6	184	0,3	0,32	122	7,2	1,37
210	Напиток брусничный	200	20,08	196,3	1,16	0,0	47,1	25,84	0,75	30	46	0,03	0,02	0	0,8	0,1
	Хлеб пшеничный йодированный	30	3,78	75,23	2,47	0,0	14,76	7,18	0,39	5,0	26,1	0,05	0,05	0	0	0,39
	Хлеб ржаной	50	6,30	115	3,45	0,05	16,3	11,5	1,55	47,05	44	0,06	0,04	0	0	0,45
Итого расчетная стоимость			329,22													
Итого обед		850	190	965	31,5	32,1	134,05	421	6,3	105	421	0,46	0,6	315	25,5	6,24
Полдник 7-11 лет																
	Кисло-молочная продукция в т/п (бифидофруктовый)	200	48,00	102	5,5	5,2	7,1	78	0,2	10	72	0,08	0,1	32	1,4	0,1
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт	125	30,00	47	0,4	0,4	5,8	86	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4,0	0,10
	Пирожное Песочное с корицей	30	42,00	86	1,8	0,0	22,6	1	0,4	8	17	0,03	0,02	0	0	0,64
Итого полдник		355	120,00	235	7,7	5,6	35,5	113	1,2	25	110	0,13	0,14	70	5	1
Полдник 12-18 лет																
	Кисло-молочная продукция в т/п (бифидофруктовый)	200	48,00	102	5,5	5,2	7,1	78	0,4	11,5	72	0,03	0,06	32	1,4	0
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт	125	30,00	47	0,4	0,4	5,8	86	0,8	7	21	0,03	0,02	35	4,0	0,10
	Пирожное Песочное с корицей	50	42,00	110	3,1	0,0	22,6	11	0,8	9,5	27	0,03	0,03	20	1	0,36
Итого полдник		375	120,00	259	9	5,6	35,5	130	1,8	31	120	0,14	0,1	90	7	0,42
Итого день 7-11 лет		1590	430	1645	54,5	58,8	259,0	700	8,4	176	700	0,85	0,98	493	42	7
Итого день 12-18 лет		1760	490	1904	63	64,4	266,1	840	12,6	210	840	0,95	1,1	623	49	8,47

Заведующая детским садом

Вариант № 6

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ на 10.09.2025 год

Сотрудники:

Директор

Уполномоченный директор АО "Новый регион"
Пирова И.А.

Генеральный

Наделяет: Зоран

Вариант № 9

Порядковый номер блюда	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Липиды, г			Минеральные вещества, мг				Витамины, мг					
				БЖУ	Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	A (ретинол э/сут)	C	E
Завтрак 7-11 лет																
252/203	Птица тушеная с овощами в соусе сметанном с томатом 90/10	100	56,50	110,2	6,42	8,08	3,3	118,2	0,25	16,1	85,85	0,1	0,15	103	12,3	1,5
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное 150/5	155	22,33	235,3	5,1	10,3	34,1	12	0,1	4,34	34,5	0,08	0,08	72	1,37	0,35
	Каша с молоком	200	27,19	125,1	3,78	0,67	26	159,3	2	25,56	111,11	0,04	0,04	0	1,33	0
	Хлеб пшеничный йодированный	50	5,30	116,5	3,95	0,3	16,55	11,5	0,55	16,5	43,5	0,09	0,09	0	0	0,65
Итого расчетная стоимость			122,82													
Итого завтрак		305	122	587,5	19,25	19,75	83,75	275	3	122,5	175	0,3	0,35	175	15	2,5
Завтрак 12-18 лет																
252/203	Птица тушеная с овощами в соусе сметанном с томатом 100/10	110	72	110,2	7,26	8,55	3,56	118	0,5	9,1	86,8	0,1	0,15	101	10,5	0,5
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное, 180/5	185	25,04	251,6	5,59	11,58	38,52	46	0,11	11,9	38,3	0,12	0,12	123,3	3,87	1,35
	Каша с молоком	200	27,19	125,1	3,78	0,67	26	159,3	2	25,56	111,11	0,04	0,04	0	1,33	0
	Хлеб пшеничный йодированный	70	8,82	159,1	5,53	2,16	21,67	12,5	1,80	28,34	60,9	0,09	0,09	0	0	0,91
Итого расчетная стоимость			135,05													
Итого завтрак		595	120	580	22,3	23	95,25	285,8	4,5	75	300,11	0,35	0,4	224,5	17,5	3,56
Обед 7-11 лет																
64/201	Салат из стручковой фасоли	60	23,1	31,54	0,5	0,05	9,27	13	0,8	8,5	24	0,02	0,05	25	2	0,8
	Борщ с капустой и картофелем	200	15,15	162,2	3,2	4,2	11,5	60,6	0,34	13,2	75,6	0,07	0,09	34	1,3	1,67
	Печень по-строгановски 90/10	120	95,89	212	15,25	13,4	18,5	147	1,01	26,9	141,8	0,12	0,08	91	0,4	0,6
	Рис припущенный	150	25,7	212,8	3,1	0,16	38	101,6	0,8	27,4	87	0,1	0,2	95	0,8	0,15
	Напиток из плодов шиповника	200	13,82	88,2	0,6	0,3	20,8	21,3	0,8	3,4	3,4	0,05	0,05	0	16,5	0
	Хлеб пшеничный йодированный	25	2,32	46,76	1,58	0,2	9,65	4,5	0,22	5,5	17,4	0,02	0,01	0	0	0,29
	Хлеб ржаной	30	3,78	55	1,68	0,35	9,72	8,8	0,59	7,5	31,8	0,04	0,03	0	0	0,27
Итого расчетная стоимость			150													
Итого обед		780	130	822,5	26,95	27,05	117,25	385	4,2	87,5	583	0,42	0,49	245	21	3,5
Обед 12-18 лет																
64/201	Салат из стручковой фасоли	100	40,52	40,9	2	1,8	8,3	32	0,4	8,55	24	0,05	0,06	0,67	3	0,16
	Борщ с капустой и картофелем	250	25,35	150,67	3,2	4,2	14,8	99,41	1,36	17,4	75,6	0,08	0,08	56,57	1,8	2,45
	Печень по-строгановски 90/10	133	101,3	233	15,78	14,89	16,95	147	1,02	20,9	145,9	0,12	0,1	127,66	0,4	0,6
	Рис припущенный	182	30,34	212,8	4,1	10,16	43	101,6	1,02	27,4	87	0,1	0,2	150	2,8	
	Напиток из плодов шиповника	200	13,82	88,2	0,6	0,3	20,8	21,3	0,8	3,4	3,4	0,05	0,05	0	16,5	0
	Хлеб пшеничный йодированный	30	3,78	76,33	1,37	0,3	14,49	7,13	0,33	5,5	25,1	0,03	0,01	0	0	0,33
	Хлеб ржаной	52	6,2	115	3,45	0,55	15,2	11,3	1,55	17,35	52	0,06	0,05	0	0	0,45
Итого расчетная стоимость			250,45													
Итого обед		840	140	505	31,5	32,2	154,05	420	8,3	105	420	0,48	0,5	315	24,3	3,95
Полдник 7-11 лет																
	Сок фруктовый в т/л	200	33,5	75	0,9	0	5	32,6	0,5	7,9	32,6	0,02	0,09	50	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	58,6	0,1	10,1	62,1	0,07	0,06	5	0	0,64
	Итого полдник	375	120	235	7,7	7,9	59,5	110	1,2	25	110	0,12	0,14	70	6	1
Полдник 12-18 лет																
	Сок фруктовый в т/л	200	33,5	75	0,9	0	5	32,6	0,5	7,9	32,6	0,02	0,09	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	133	7,7	8,8	25,5	46,6	0,7	15,1	72,1	0,05	0,02	25	1	0,6
	Итого полдник	380	120	255	9	8,2	34,3	120	1,8	30	120	0,14	0,1	90	7	0,96
Итого день 7-11 лет		1880	450	1645	55,9	55,3	254,3	770	8,4	175	770	0,84	0,38	450	42	7
Итого день 12-18 лет		1885	450	1604	63	64,4	264,1	899,8	12,8	275	840,11	0,98	1,1	625,5	49	8,27

Заведующая производством

Калькулятор

PRINTING APPENDIX!

МЕНЮ на 11.09.2025г

Согласовано
ДиректорУтверждено
Генеральный директор АО "Исследовательский центр питания"
Исследовательский центр питания

Наименование: Вторник

Данное меню:

Вариант № 10

Код продукта	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	А, Б, Г, Д, Е, Ж, З, И, К, Л, М, Н, О, П, Р, С, Т, У, Ф, Х, Ц, Ч, Ш, Щ, Ъ, Ы, Ь, Э, Ю, Я	С	Б
Завтрак 7-11 лет																
8/210	Запеканка творожная, макароны тушеные 250/50	250	197,77	410,6	15,3	10,3	67,7	75,2	2,67	44,2	128	0,1	0,31	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	50	6,30	116,9	3,95	0,5	1,05	11,5	0,05	16,5	43,5	0,1	0,04	0	0	0,65
	Водородный															
Итого расчетная стоимость				207,50												
Итого завтрак				500	120	587,5	15,3	19,8	82,75	275	3	52,5	275	0,1	0,35	175
Завтрак 12-18 лет																
8/210	Запеканка творожная с макаронами тушеными, 250/50	280	223,55	426,8	16,3	10,8	55,08	276	1,33	48,1	238	0,1	0,35	215	17,5	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	70	6,82	199,1	5,93	2,16	21,67	13,5	1,89	28,5	60,9	0,1	0,09	0	0	0,91
	Водородный															
Итого расчетная стоимость				236,32												
Итого завтрак				510	130	682	22,3	21	93,75	300	4,5	75	300	0,4	0,4	215
Обед 7-11 лет																
97	Салат из свежих овощей /с 1.09-01.11 с 01.04-31.05/ Салат из свежих овощей /с 01.11-01.01/	60	17,13	44,8	1,35	3,95	4,3	28	0,3	10	23	0	0,01	17,1	1,5	0,3
98	Суп картофельный с крупой (перловой) и рыбной консервой (горбуша), 250/30	130	32,72	135,6	8,28	7,01	13,1	51,1	0,1	23,6	112	0,1	0,1	35	1,8	0,8
72	Вегетарианское на йогурте 90/10	100	99,5	179,44	9,8	8,2	15,33	194	0,1	9	85	0,2	0,23	110,5	2,6	1,07
54	Картофельное пюре	150	17,35	242	3,78	7,78	49,3	67	0,54	11,8	82,5	0	0,05	80	1,5	0,6
150	Компот из свежемороженых ягод (смородины)	200	23,2	102,5	0,52	0,18	24,54	25,4	1,78	17	25,4	0	0,02	0	13,6	0,2
	Хлеб пшеничный	20	2,52	46,76	1,58	0,2	9,66	4,6	0,22	6,6	17,4	0	0,03	0	0	0,25
	Водородный	30	3,78	69	1,69	0,53	0,72	6,9	0,93	7,5	31,8	0	0,05	0	0	0,27
	Хлеб ржаной															
Итого расчетная стоимость				196,1												
Итого обед				790	190	822,5	27	27,7	117,5	355	4,3	87,5	355	0,4	0,49	245
Обед 12-18 лет																
97	Салат картофельный с овощами	100	28,55	48,6	1,33	4,15	4,3	56	0,3	10	23	0	0,01	0	1,5	1,8
98	Суп картофельный с крупой (перловой) и рыбной консервой (горбуша), 250/30	780	35,36	173,07	8,25	7,24	13,82	71,1	0,3	27	107	0,1	0,21	58	8,8	0,3
72	Вегетарианское на йогурте 100/10	120	119,4	210	10,8	8,2	15,1	124	1,57	12	105	0,2	0,2	180	2,6	0,1
54	Картофельное пюре	180	20,7	283	3,78	10,8	45,3	127	0,59	15,8	82,3	0,1	0,05	56	0	0,9
150	Компот из свежемороженых ягод (смородины)	200	23,2	102,9	0,52	0,18	24,54	25,4	1,78	17	23,4	0	0,02	0	13,6	0,2
	Хлеб пшеничный	30	3,78	76,23	2,37	0,3	14,45	7,19	0,35	9,9	25,1	0	0,05	0	0	0,29
	Водородный	50	6,3	115	3,45	0,55	10,2	11,5	1,35	17,4	35	0,1	0,06	0	0	0,45
	Хлеб ржаной															
Итого расчетная стоимость				237,29												
Итого обед				950	190	965	31,5	32,2	154,2	420	6,3	105	420	0,5	0,6	315
Полдник 7-11 лет																
	Молоко-молочная продукция в т/п (Бифидолайф)	250	48	102	6,8	6,5	11,8	83	0,8	18,5	82	0	0,06	32	1,4	0
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт	1шт	37	47	0,4	0,4	5,8	35	0,6	7	21	0	0,02	35	4	0,15
	Чай с сахаром	50	35	85	1,8	2,3	22,5	1	0,4	4,5	17	0,1	0,02	5	0,6	0,54
Итого полдник				300	120	235	7,7	7,9	83,5	110	1,2	25	110	0,1	0,14	70
Полдник 12-18 лет																
	Молоко-молочная продукция в т/п (Бифидолайф)	250	48	102	6,8	6,5	11,8	83	0,8	18,5	82	0	0,06	32	1,4	0
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт	1шт	37	47	0,4	0,4	5,8	35	0,6	7	21	0	0,02	35	4	0,15
	Чай с сахаром	50	35	85	1,8	2,3	22,5	1	0,4	4,5	17	0,1	0,02	5	0,6	0,54
Итого полдник				300	120	235	7,7	7,9	83,5	110	1,2	25	110	0,1	0,14	70
Итого день 7-11 лет				1540	430	1645	53,5	55,3	234,5	770	5,4	175	770	0,8	0,98	450
Итого день 12-18 лет				1810	490	1904	65	64,4	248,1	840	12,6	210	840	1	1,1	610

Заведующий производством

Калькулятор

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ на 12.09.2025г

Согласовано
Директор

Утверждено

Генеральный директор АО "Комбинат питания"
Петров И.А.

Неделя: Вторая

Версия: №10

Порядковый номер блюда	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Минеральные вещества, мг					Витамины, мг				
				Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	A(ретинол)	C	E	
Завтрак 7-11 лет																
125/12	Омлет натуральный с маслом сливочным,зеленый горошек консервированный180/10/50	240	151,79	408,6	15,17	19,23	50,5	249,3	2,59	43,6	227,1	0,25	0,31	175	12,17	1,85
98	Чай с сахаром	210	8,03	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	0,05	16,5	43,5	0,05	0,04	0	0	0,65
Итого расчетная стоимость			156,12													
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	Омлет натуральный с маслом сливочным,зеленый горошек консервированный210/10/50	270	169,51	424,9	16,84	20,82	54,85	273,3	2,25	44,06	234,7	0,26	0,35	225	14,57	1,52
98	Чай с сахаром	210	8,03	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	1,16	25,67	12,5	1,85	28,54	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																
152	Салат картофельный с кукурузой и морковью	60	19,13	57,34	1,1	2,7	6,5	26,23	0,5	13	21	0,01	0,03	45	1,5	0,6
128	Рассольник Ленинградский	200	24,84	116,5	8,16	9,19	15,3	116,4	0,21	25	44,4	0,15	0,2	34	1,3	1,17
22/201	Рыба запеченная под молочным соусом 90/10	100	103,4	259	10,66	10,91	54,22	146,9	0,49	2,75	177,9	0,09	0,08	146	0,95	0,85
	Картофель отварной	150	15,09	171	3,25	4,14	5,01	40,57	0,55	17,65	65,13	0,07	0,09	20	0,9	0,15
115	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	46,75	1,58	0,2	9,65	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			190,00													
Итого обед		760	190,00	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																
152	Салат картофельный с кукурузой и морковью	100	31,88	96	2,8	2,7	6,5	40,1	1,05	10	16,1	0,07	0,1	26	3,5	1,6
128	Рассольник Ленинградский	250	25,65	174,67	8,45	11,42	11,79	130,34	1,03	30,35	54,4	0,15	0,2	57	2,8	2,4
22/201	Рыба запеченная под молочным соусом 90/10	110	113,08	259	10,66	10,91	54,22	146,9	0,49	2,75	177,9	0,09	0,08	146	0,95	0,85
	Картофель отварной	180	18,11	171	3,25	4,14	5,01	40,57	0,55	17,65	65,13	0,07	0,09	20	0,9	0,15
115	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	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	0,05	0,06	0	0	0,45
Итого расчетная стоимость			220,04													
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	42,00	75	0,9	0	5	35,4	0,5	7,9	36,9	0,03	0,06	90	2	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
	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	40	6	1
Полдник 12-18 лет																
	Молоко кипяченое или молоко в т/п	200	42,00	99	2,2	1,3	9,8	48	1,1	12,2	42,6	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
	Ватрушка с творогом	50	25,00	113	6,4	7,5	24,7	36	0,1	10,8	65,4	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	175	770	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

Заведующая производством

Калькулятор

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!