

МЕНЮ на 13.01.2025 год

Согласовано
Директор

День: понедельник



Неделя: Вторая

Порядк п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Минеральные					Витамины, мг			
					Белки	Жиры	Углеб. плм	Ca	P	Mg	Na	K	В1	В2	Аскорб. кв/сут	C
Завтрак 7-11 лет																
	Каша молочная с крупой пшеницей, масло сливочное, 250/10	260	57,07	166,84	6,53	4,78	57,02	180	0,85	11,87	20	0,19	0,27	35	8,5	1,01
	Сыр порционными	10	10,57	63,72	0,1	7,2	0,15	2,4	0	0	3	0	0	40	5	0,1
	Яйцо вареное	50	22,32	62,84	3,08	4,6	0,28	22	1	4,8	77	0,02	0,02	100	0	0,24
	Напиток с молоком	200	29,80	155,2	3,5	2,07	28,27	58,3	0,5	29,33	132	0,01	0,02	0	1,5	0,5
	Хлеб пшеничный йодированный	50	6,30	116,9	0,5	0,5	18,05	11,5	0,53	16,3	41	0,05	0,04	0	0	0,65
	Итого расчетная стоимость		120,06													
	Итого завтрак	570	120,00	587,5	19,75	19,75	93,35	275	3	52,5	275	0,3	0,35	175	15	2,3
Завтрак 12-18 лет																
	Каша молочная с крупой пшеницей, масло сливочное, 250/10	260	57,07	174,19	7,06	4,9	41	234	1,01	12,35	26	0,2	0,31	75,9	14	0,3
	Сыр порционными	15	15,86	94,67	0,1	8,67	0,53	3	0	0	4	0	0	79,1	7,3	0,1
	Яйцо вареное	50	22,32	62,84	3,08	4,6	0,28	22	1	4,8	77	0,03	0,02	100	0	0,24
	Напиток с молоком	200	29,80	155,2	3,5	2,07	28,27	58,7	0,5	29,33	132	0,01	0,02	0	1,5	0
	Хлеб пшеничный йодированный	70	6,32	193,1	0,7	7,16	25,67	12,5	1,89	28,54	61	0,05	0,05	0	0	0,91
	Итого расчетная стоимость		127,87													
	Итого завтрак	595	120	680	22,7	23	95,75	300	4,5	75	303	0,35	0,4	255	16	1,55
Обед 7-11 лет																
	Салат из квашеной капусты	60	33,6	6	0,1	0,05	0,9	12	0	7,7	13	0,06	0,06	30	1,8	1,1
	Суп картофельный с макаронными изделиями, птица 200/10	210	18,48	180,24	7,5	5,3	25,45	97,3	0,2	14,9	147	0,1	0,19	83	0,5	0,3
	Гуляш мясной	100	103,63	294,7	11,04	16,37	35,9	191	1,8	15,85	81	0,1	0,02	122	0,1	0,33
	Каша рассыпчатая гречневая	150	15,05	171	3,3	4,14	6,01	60,5	0,55	17,63	69	0,07	0,06	20	0,9	1,24
	Компот из плодов и ягод сушеных (ягоды)	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	0,2	0,2	9,65	4,0	0,22	6,6	17	0,04	0,05	6	0	0,25
	Хлеб ржаной	30	3,78	69	1,68	0,33	9,72	6,9	0,53	7,5	32	0,04	0,05	0	0	0,23
	Итого расчетная стоимость		194,37													
	Итого обед	770	190	822,5	25,95	27,65	117,3	385	4,2	87,5	383	0,43	0,48	243	21	3,5
Обед 12-18 лет																
	Салат из квашеной капусты	100	56,01	6	0,1	0,06	0,9	12	0	7,7	13	0,06	0,06	0	1,8	2,7
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	13,51	283,1	7,3	5,62	30,25	139	0,8	21,23	144	0,2	0,29	113	0,3	0,3
	Гуляш мясной	120	124,33	254,7	12,16	18,83	36,9	127	2,33	16,67	93	0,06	0,02	142	0,1	0,33
	Каша рассыпчатая гречневая	180	18,11	115,17	4,3	5,73	7,01	36,7	0,79	14,65	66	0,07	0,09	60	4,1	1,6
	Компот из плодов и ягод сушеных (ягоды)	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	76,73	1,7	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	3,43	0,55	16,2	11,5	1,55	17,35	33	0,06	0,06	0	0	0,45
	Итого расчетная стоимость		239,79													
	Итого обед	930	190	930	31,3	37,2	154,1	420	6,3	109	436	0,45	0,5	315	25	5,77
Полдник 7-11 лет																
	Сок фруктовый, 1/л	200	29,00	75	0,5	0	5	35,4	0,5	7,9	35	0,02	0,06	30	2	0,2
	Фрукты свежие (банан), 1 шт.	125	69,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	15	0,03	0,02	35	4	0,16
	Булочка "Веселушка"	30	22,00	113	0,4	7,5	24,7	38,6	0,1	10,1	32	0,07	0,06	5	0	0,04
	Итого полдник	355	120,00	235	1,3	7,9	63,5	110	1,2	25	130	0,12	0,14	70	6	1
Полдник 12-18 лет																
	Сок фруктовый, 1/л	200	29,00	75	0,5	0	5	35,4	0,5	7,9	35	0,02	0,06	30	2	0,2
	Фрукты свежие (банан), 1 шт.	125	69,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	11	0,05	0,02	35	4	0,16
	Булочка "Веселушка"	50	22,00	137	1,3	8,6	29,5	48,5	0,7	15,1	76	0,09	0,02	25	1	0,6
	Итого полдник	375	120,00	259	2,2	8,2	68,3	120	1,8	30	122	0,14	0,1	90	7	0,96
	Итого день 7-11 лет	1695	430	1655	5,3	53,5	235,5	720	5,5	175	770	0,85	0,98	490	42	7
	Итого день 12-18 лет	1900	430	1869	6,1	54,1	268,1	810	12,6	210	640	0,98	1,1	560	69	8,28

Заведующая производством

Инженер

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ на 14.01.2025 год

Согласовано
Директор




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

Итого: Вторая

День: вторник

Вариант № 5

План 14дн	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетиче- ская ценность	Пищевые вещества			Минеральные вещества, мг					Витамины, мг			
					Белок	Жиры	Углевод- ы	Ca	P	Na	K	Mg	С	В1	В2	В6
Завтрак 7-11 лет																
	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	408,6	15,17	19,25	94,4	242,2	2,03	44,6	227,1	0,25	0,41	175	12,13	1,84
	Чай с сахаром, лимоном 200/5	105	5,93	62	0,14	0,22	18,7	18,2	0,26	7,4	4,4	0	0	0	2,62	0
	Хлеб пшеничный йодированный	90	6,30	136,9	3,44	0,5	18,29	11,4	0,22	16,3	14,4	1,02	0,04	0	2	0,68
Итого завтрак		555	120	587,5	18,75	19,75	83,75	274	2,3	82,9	274	0,3	0,45	175	15	2,5
Завтрак 12-18 лет																
	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	15,17	22,62	94,44	270,3	2,25	44,68	224,7	0,25	0,4	225	14,97	1,9
	Чай с сахаром, лимоном 200/5	205	5,93	62	0,14	0,02	18,2	14,2	0,28	7,4	4,4	0	0	0	2,64	0
	Хлеб пшеничный йодированный	70	5,82	183,1	3,13	0,54	18,27	12,5	0,09	18,24	16,7	0,23	0,1	0	0	0,51
Итого завтрак		555	120	680	18,45	23	25,75	430	4,5	75	300	0,25	0,4	225	14,5	1,71
Обед 7-11 лет																
	Винегрет овощной	60	17,63	41,14	1,3	2,4	3,7	25,2	0,3	7,5	15	0,02	0,71	35	3	1,4
	Суп из овощей, мясо 200/10	210	33,95	102,1	4,7	3	13,71	143,3	0,4	2,3	65,5	0,17	1,02	88	13	2,6
	Жаркое по-домашнему, 50/150	200	111,08	567,2	16,02	21,07	47,5	182,25	1,4	25,6	184	0,4	0,22	197	7,2	1,97
	Напиток Брусничный	200	21,04	196,3	1,34	0,2	47,1	25,84	0,74	33	45	1,12	0,02	0	0,8	0,7
	Хлеб пшеничный йодированный	20	2,52	46,76	1,06	0,2	9,94	4,6	0,17	0,1	17,4	0,02	0,02	4	0	0,46
	Хлеб ржаной	30	3,78	69	0,23	0,55	4,72	6,9	0,04	7,5	13,2	0,24	0,04	4	0	0,27
Итого обед		720	190	822,5	26,05	27,68	117,25	386	4,2	97,5	195	1,42	0,99	245	23	4,5
Обед 12-18 лет																
	Винегрет овощной	100	29,39	34,8	1,1	2,4	9,21	24,2	0,46	22,5	34	0,02	0,74	112	3	0,2
	Суп из овощей	250	18,41	155,47	4,92	7,22	34,9	167,31	2,22	14,6	82,5	0,06	0,1	87	10,5	2,4
	Жаркое по-домашнему, 50/150	200	111,08	567,2	16,04	21,02	47,5	182,25	1,4	25,6	184	0,4	0,22	193	7,2	1,9
	Напиток Брусничный	200	21,04	196,3	1,34	0,2	47,1	25,84	0,74	33	45	1,12	0,02	0	0,8	0,7
	Хлеб пшеничный йодированный	30	3,78	76,23	1,04	0,3	14,46	7,08	0,29	9,9	25,1	0,02	0,25	0	0	0,49
	Хлеб ржаной	30	6,30	115	3,45	0,52	18,7	11,5	0,28	12,45	25	0,09	0,05	4	0	0,34
Итого обед		830	190	965	27,4	32,2	124,05	420	8,8	145	418	1,42	0,9	115	24,5	4,24
Полдник 7-11 лет																
	Кисло-молочная продукция (Биолайф фруктовый)	200	48,00	102	3,2	4,4	7,1	74	0,2	12	72	0,08	0,1	42	3,4	0,4
	Фрукты свежие (мандарин), 1 шт	125	30,00	47	0,4	0,4	3,9	44	0,8	1	21	0,23	0,02	25	4,4	1,12
	Пирожное "Медовое"	50	42,00	85	1,8	0,3	22,6	1	0,6	0	17	0,03	0,17	3	4	0,64
	Итого полдник	355	120,00	235	5,4	5,1	33,6	117	1,2	13	110	0,34	0,14	70	8	2,1
Полдник 12-18 лет																
	Кисло-молочная продукция (Биолайф фруктовый)	200	48,00	102	3,2	4,4	7,1	74	0,2	12,5	77	0,02	0,08	32	1,1	0
	Фрукты свежие (мандарин), 1 шт	125	30,00	47	0,4	0,4	3,6	36	0,8	7	11	0,05	0,23	25	4,6	0,16
	Пирожное "Медовое"	50	42,00	110	1,1	0,4	27,4	11	0,9	2,2	27	0,79	0,02	15	1	0,42
	Итого полдник	375	120,00	259	4,7	5,2	38,1	121	1,8	20	110	0,84	0,33	72	7	0,47
Итого день 7-11 лет		1610	430	1645	53,1	64,3	253,5	773	6,4	119	770	1,84	0,95	490	40	6,27
Итого день 12-18 лет		1760	450	1904	62	64,4	228,3	642	10,8	210	899	1,96	1,1	490	40	6,27

Заслуженный работник



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ на 15.01.2025 год

Согласовано



Директор

Утверждено
директор АО "Комбинат питания"
И.И.



Неделя: 81088

День: Среда

Вариант № 5

Прим. и пометки	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Минеральные вещества, мг					Витамины, мг			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Fe	Mg	P	В1	B2	Аспирин а/сут	C	E
Завтрак 7-11 лет																
	Пшеница тушеная с овощами в соусе сметанном с томатом	100	74,41	110,1	0,42	8,08	5,5	118,2	0,25	15,1	85,89	0,1	0,15	103	17,3	1,5
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное 150/5	155	21,33	235,3	5,1	10,3	34,2	31	0,1	4,34	14,5	0,08	0,08	73	1,37	0,35
	Какао с молоком	200	26,42	125,1	3,78	0,67	26	133,3	1	25,58	111,11	0,04	0,04	0	1,33	0
	Хлеб пшеничный гидролизованный	50	6,30	115,9	3,95	0,5	18,05	11,5	0,55	16,3	43,5	0,08	0,08	0	0	0,65
	Итого расчетная стоимость		129,46													
	Итого завтрак	505	130	587,5	13,75	19,75	81,75	275	2	62,5	275	0,3	0,35	175	15	2,5
Завтрак 17-18 лет																
	Пшеница тушеная с овощами в соусе сметанном с томатом	100	74,41	110,2	7,76	3,59	3,56	108	0,5	9,1	89,8	0,1	0,15	101	10,3	0,5
	Макаронные изделия отварные, масло сливочное, 150/5	185	25,04	251,6	3,65	11,58	38,52	46	0,13	11,8	38,3	0,12	0,15	123,5	5,87	1,55
	Какао с молоком	200	26,42	125,1	3,78	0,67	26	133,3	1	25,58	111,11	0,04	0,04	0	1,33	0
	Хлеб пшеничный гидролизованный	70	8,82	123,1	3,53	2,15	25,67	17,5	1,85	28,34	60,9	0,09	0,09	0	0	0,51
	Итого расчетная стоимость		134,69													
	Итого завтрак	555	130	680	27,5	23	95,75	239,8	4,3	75	300,11	0,35	0,4	224,5	17,3	3,16
Обед 7-11 лет																
	Салат из стручковой фасоли борщ с капустой и картофелем, мясо 250/20	40	29,1	31,54	0,5	0,06	5,27	13	0,3	8,5	24	0,02	0,05	25	1	0,4
	Пюре картофельное	270	64,22	262,2	3,1	4,1	11,1	90,6	0,34	13,2	75,6	0,07	0,09	54	3,3	1,62
	Пюре картофельное	130	31,46	212	16,29	11,4	18,5	147	1,01	20,9	141,8	0,12	0,06	41	0,4	0,4
	Пюре картофельное	130	25,7	212,8	3,1	5,16	48	101,6	0,8	27,4	87	0,1	0,2	95	0,8	0,13
	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 гидролизованный	30	3,52	46,78	1,58	0,2	9,65	4,5	0,22	6,4	17,4	0,02	0,01	0	0	0,28
	Хлеб ржаной	30	3,78	61	1,88	0,31	9,73	6,9	0,93	3,5	41,8	0,04	0,03	0	0	0,27
	Итого расчетная стоимость		190,6													
	Итого обед	860	190	822,5	25,96	27,85	117,25	385	4,2	87,5	585	0,42	0,49	245	22	3,5
Обед 17-18 лет																
	Салат из стручковой фасоли борщ с капустой и картофелем, мясо 250/10	100	40,52	40,9	2	1,8	8,3	11	0,4	8,67	24	0,05	0,06	26,7	1	0,26
	Пюре картофельное	180	44,24	199,87	3,2	4,7	14,3	99,41	1,38	17,4	78,8	0,08	0,08	56,87	1,8	2,45
	Пюре картофельное	130	31,46	232	15,78	14,89	26,98	147	1,02	20,9	146,9	0,12	0,1	127,68	0,4	0,6
	Пюре картофельное	180	40,84	212,8	4,1	10,16	45	101,8	1,03	27,4	87	0,1	0,2	130	2,8	
	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 гидролизованный	30	3,78	76,23	1,37	0,3	14,49	7,19	0,35	9,8	25,1	0,03	0,05	0	0	0,34
	Хлеб ржаной	50	5,3	115	3,45	0,51	16,2	11,5	1,55	17,35	51	0,06	0,05	0	0	0,45
	Итого расчетная стоимость		170,96													
	Итого обед	950	190	963	31,3	33,2	154,05	410	6,1	105	420	0,49	0,6	315	24,5	3,95
Полдник 7-11 лет																
	Сок фруктовый в 1/л	200	29	75	0,8	0	5	32,6	0,5	7,9	32,6	0,02	0,05	30	2	0,2
	Фрукты свежие (груша)	125	86	43	0,4	0,4	3,8	38,8	0,6	7	15,1	0,03	0,02	15	4	0,16
	Ватрушка с творогом	50	25	113	4,4	7,5	24,7	18,8	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	0,13	50	6	1
Полдник 17-18 лет																
	Сок фруктовый в 1/л	200	29	75	0,8	0	5	32,6	0,5	7,9	32,6	0,02	0,05	30	2	0,2
	Фрукты свежие (груша), 1 шт.	125	86	47	0,4	0,4	3,8	38,8	0,6	7	15,1	0,03	0,02	15	4	0,16
	Ватрушка с творогом	55	25	127	7,7	8,8	25,5	48,5	0,7	15,1	72,1	0,04	0,03	25	1	0,6
	Итого полдник	380	140	249	16,9	17,2	64,3	120	1,8	30	120	0,14	0,1	70	7	0,96
	Итого день 7-11 лет	1790	430	1667	53,9	55,3	228,7	770	8,4	175	710	0,65	0,78	450	42	7
	Итого день 17-18 лет	1885	430	1904	63	64,4	264,1	819,8	12,8	110	840,11	0,98	1,1	629,5	49	8,27

Заверяю подлинностью



Калькулятор



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ на 16.01.2025г

Согласованно
Директор



Утверждено
Генеральный директор АО "Комбинат питания"
Ильин И.Н.

Неделя: Вторая

День: Четверг

Вариант № 10

Прим. пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Минеральные				Витамины, мг				
					Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Po	Mg	P	B1	B2	A	C	E
Завтрак 7-11 лет																
	Запеканка творожная, молоко сгущенное 200/50	250	183,48	410,6	15,4	19,2	67,7	257	2,67	44,0	229	0,2	0,31	173	15	1,85
	Чай с сахаром	100	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	5,30	116,9	5,95	0,5	1,06	11,5	0,05	16,5	43,5	0,1	0,04	0	0	0,65
	Итого расчетная стоимость		193,61													
	Итого завтрак	500	120	967,5	39,4	39,8	85,75	275	5	62,9	273	0,3	0,35	173	15	2,5
Завтрак 12-18 лет																
	Запеканка творожная с молоком сгущенным, 230/50	280	207,21	426,9	16,9	20,9	55,08	276	2,33	45,1	236	0,3	0,35	225	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
	Хлеб пшеничный, водородный	70	8,82	193,1	5,53	2,16	23,07	12,5	1,89	28,5	60,9	0,1	0,09	0	0	0,95
	Итого расчетная стоимость		215,86													
	Итого завтрак	550	120	680	22,5	23	95,75	300	4,5	75	163	0,4	0,4	225	17,5	2,77
Обед 7-11 лет																
	Салат картофельный с огурцами	60	17,13	46,8	1,33	1,95	4,3	28	0,1	10	23	0	0,03	15,5	1,5	0,3
	Суп картофельный с крупой (перловой) и рыбной консервой (горбуша), 200/30	230	32,77	185,6	5,25	7,01	13,1	61,1	0,7	25,6	120	0,1	0,1	35	1,8	0,6
	Бефстроганов на масле	100	114,5	175,44	9,8	8,2	15,35	194	0,7	9	85	0,2	0,25	110,5	2,6	1,07
	Рис припущенный	150	17,25	242	3,75	7,75	49,3	57	0,59	11,8	82,3	0	0,05	50	1,5	0,6
	Компот из свежемороженых ягод (смородины)	100	17,24	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	20	1,52	46,76	1,38	0,2	0,65	4,6	0,22	6,6	17,4	0	0,03	0	0	0,26
	Хлеб ржаной	30	3,78	69	1,63	0,33	0,72	5,9	0,33	7,3	31,8	0	0,05	0	0	0,27
	Итого расчетная стоимость		231,14													
	Итого обед	790	190	822,3	27	27,7	117,3	383	4,3	57,5	185	0,4	0,49	241	21	3,5
Обед 12-18 лет																
	Салат картофельный с огурцами	100	28,55	46,8	2,83	4,95	4,3	46	0,2	10	23	0	0,03	0	1,5	1,8
	Суп картофельный с крупой (перловой) и рыбной консервой (горбуша), 250/30	230	35,36	173,07	5,25	7,24	15,82	71,1	0,2	29	107	0,1	0,21	36	6,9	0,9
	Бефстроганов на масле	120	137,4	210	10,2	8,2	13,1	174	0,87	12	105	0,2	0,2	180	2,6	0,1
	Рис припущенный	180	20,7	242	3,75	10,5	45,3	177	0,59	11,8	82,3	0,1	0,05	96	0	0,9
	Компот из свежемороженых ягод (смородины)	200	17,24	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	50	3,78	76,23	2,27	0,3	14,49	7,15	0,35	9,9	26,1	0	0,05	0	0	0,39
	Хлеб ржаной	50	6,3	115	3,41	0,53	15,2	11,5	1,35	17,4	53	0,1	0,05	0	0	0,45
	Итого расчетная стоимость		245,33													
	Итого обед	960	190	965	31,5	32,2	134,1	420	5,3	105	470	0,3	0,6	211	24,5	4,74
Полдник 7-11 лет																
	Кисло-молочная продукция (БиФлайф)	250	42	182	5,5	5,2	7,1	77	0,2	13,5	72	0	0,1	32	1,4	0,2
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт	1шт	43	47	0,4	0,4	1,8	36	0,6	7	21	0	0,02	35	4	0,15
	Пирожное "Бисквитное"	50	35	86	1,8	2,3	22,5	1	0,4	4,5	17	0,1	0,02	5	0,5	0,64
	Итого полдник	300	120	295	7,7	7,9	31,5	110	1,2	25	110	0,1	0,14	70	6	1
Полдник 12-18 лет																
	Кисло-молочная продукция (БиФлайф)	250	42	125	5,8	5,5	11,9	83	0,8	18,5	82	0	0,06	52	2,4	0
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт	1шт	43	47	0,4	0,4	1,8	36	0,6	7	21	0	0,02	35	4	0,15
	Пирожное "Бисквитное"	50	35	86	1,8	2,3	22,5	1	0,4	4,5	17	0,1	0,02	5	0,5	0,26
	Итого полдник	300	120	299	8	9,2	36,3	120	1,8	30	120	0,1	0,1	90	7	0,42
	Итого день 7-11 лет	1500	430	1643	51,9	55,1	234,5	770	8,4	175	770	0,8	0,96	450	42	7
	Итого день 12-18 лет	1810	430	1904	53	64,4	268,1	890	12,6	110	840	1	1,1	630	49	7,53

Заведующая производством



Материальщик



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ на 17.01.2025г

Согласовано
Директор

День: пятница



Утверждено
Генеральный директор АО "Новобит питани"
Ильина И.Н.
Вариант № 11

Надлежа: Вторак

Грмн. плаш	Наименование блюда	Вис. блюда	Цена	Энергетическая	Липидные вещества			Минеральные вещества, мг			Витамины, мг					
					Белки	Жиры	Углевод.	Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	Аскорб.	Г	Е
Завтрак 7-11 лет																
	Омлет натуральный с маслом сливочным, зеленый горошек консервированный 180/10/50	240	146,06	408,6	15,17	19,27	90,5	149,3	2,59	43,6	227,1	0,25	0,31	173	12,17	1,06
	Чай с сахаром, лимоник. 200/10	210	8,03	67	0,13	0,02	15,7	14,7	0,96	2,4	4,4	0	0	0	2,83	0
	Хлеб пшеничный гидроированный	30	6,30	116,9	3,91	0,5	18,05	11,5	0,01	16,5	42,5	0,03	0,04	0	0	0,63
Итого расчетная стоимость			150,39													
Итого завтрак		500	120	587,4	19,25	19,75	117,71	275	3	62,5	275	0,5	0,85	173	14	1,5
Завтрак 12-18 лет																
	Омлет натуральный с маслом сливочным, зеленый горошек консервированный 210/10/50	270	167,81	424,9	16,24	20,87	54,88	273,3	2,29	44,06	234,7	0,26	0,35	125	14,67	1,52
	Чай с сахаром, лимоник. 200/10	110	8,03	67	0,13	0,02	15,7	14,7	0,96	2,4	4,4	0	0	0	2,83	0
	Хлеб пшеничный гидроированный	70	8,97	193,1	3,23	2,16	25,67	12,5	1,89	26,94	60,9	0,09	0,01	0	0	0,91
Итого расчетная стоимость			179,66													
Итого завтрак		590	120	680	22,5	23	85,75	300	4,3	75	300	0,35	0,4	125	17,5	2,43
Обед 7-11 лет																
	Салат картофельный с кукурузой и морковью Рассольник Ленинградский, сметана, май 250/10/10	770	46,49	116,5	8,16	9,19	15,3	116,4	0,21	23	44,4	0,15	0,2	54	4,3	1,17
	Птица запеченная, соус сметанный	100	73,99	290	10,66	10,91	54,22	146,3	0,49	2,75	177,9	0,09	0,08	146	9,95	0,15
	Каша рассыпчатая (пшенка)	150	15,09	171	3,23	4,14	5,01	40,37	0,55	17,65	69,13	0,07	0,09	20	3,9	0,13
	Сок фруктовый в т/п	100	29,00	102,8	0,52	0,18	24,64	43,4	1,3	17	23,4	0,07	0,02	0	16,35	0,4
	Хлеб пшеничный гидроированный	30	2,52	46,76	1,38	0,2	9,65	4,8	0,22	6,6	17,4	0,02	0,04	0	0	0,26
	Хлеб ржаной	30	1,78	69	1,38	0,33	0,72	6,9	0,33	7,3	21,8	0,04	0,04	0	0	0,27
Итого			190,00													
Итого обед		830	190,00	621,5	26,55	27,64	117,25	345	4,2	87,5	385	0,42	0,49	145	21	3,3
Обед 12-18 лет																
	Салат картофельный с кукурузой и морковью Рассольник Ленинградский, сметана 250/10	260	26,94	174,87	8,45	11,47	11,75	130,16	1,03	30,35	34,4	0,15	0,2	67	2,8	2,4
	Птица запеченная, соус сметанный	100	73,99	290	10,66	10,91	54,22	146,3	0,49	2,75	177,9	0,09	0,08	146	9,95	0,15
	Каша рассыпчатая (пшенка)	180	18,11	171	3,23	4,14	5,01	40,37	0,55	17,65	69,13	0,07	0,09	20	3,9	0,13
	Сок фруктовый в т/п	100	29,00	102,8	0,52	0,18	24,64	43,4	1,3	17	23,4	0,07	0,02	0	16,35	0,4
	Хлеб пшеничный гидроированный	30	3,76	76,23	2,17	0,3	14,40	7,19	0,13	9,9	26,1	0,03	0,01	0	0	0,39
	Хлеб ржаной	50	6,30	115	3,44	0,75	16,2	11,5	1,55	17,35	43	0,06	0,06	0	0	0,45
Итого расчетная стоимость			190,00													
Итого обед		895	190	965	31,5	32,2	134,05	430	6,5	105	420	0,49	0,6	175	24,5	3,84
Полдник 7-11 лет																
	Молоко выпеченое в т/п	200	40,00	75	0,9	0	5	33,4	0,5	7,9	36,9	0,01	0,01	30	2	0,2
	Фрукты свежие (яблоки), 1 шт.	125	55,00	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	111	0,4	0,5	20,7	38,6	0,1	10,1	62,1	0,07	0,06	3	0	0,64
Итого полдник		175	120	193	7,7	7,9	39,5	110	1,2	25	110	0,11	0,14	70	5	1
Полдник 12-18 лет																
	Молоко выпеченое	200	40,00	99	2,2	0,1	9,8	48	1,1	11,2	42,6	0,04	0,02	47	3	0,2
	Фрукты свежие (яблоки), 1 шт.	125	55,00	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	111	0,4	0,5	24,7	30	0,1	10,2	66,4	0,07	0,06	3	0	0,6
Итого полдник		375	120	259	9	9,7	38,3	120	1,8	30	120	0,14	0,1	90	7	0,96
Итого день 7-11 лет		1705	430	1845	53,9	55,2	216,3	770	6,4	175	740	0,84	0,98	450	42	7
Итого день 12-18 лет		1810	430	1904	63	64,4	268,1	840	17,6	210	840	0,96	1,1	630	49	8,75

Заседующая производством

Калькулятор

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ на 18.01.2025г

Согласовано
Директор




Надлежа: Вторая

Дата: суббота

Бармант № 17

Группа блюд	Наименование блюда	Вес БЖУДЗ	Цена	жирность г/100г	Тяжелые металлы			Микроэлементы (мг/кг)					Витамины, мг			
					Свинец	Кадмий	Никель	Ca	P	Mg	Fe	Na	K	Аскорбиновая	C	B
Завтрак 7-11 лет																
	Макаронные изделия отварные с сыром, масло сливочное, 250/5	235	45,93	713,4	4,4	9,8	235	12,4	10	27	15,5	0,1	2,7	85,1	3,4	1,05
	Кисло-молочная продукция (Йогурт фруктовый)	200	48,00	102	6,4	1,2	8	11	1,25	15	30	0,08	7,37	98,8	11,22	0,7
	Кофейный напиток с молоком	200	23,73	155,2	3,3	0,7	252	42,2	0,6	21,3	88	0,36	0,02	7	1,51	0,5
	Хлеб пшеничный	50	6,30	118,9	4,6	0,5	19,6	11,2	0,02	16,7	11,5	0,05	1,34	0	0	0,85
	Поджаренный															
Итого завтрак				123,90												
Итого завтрак		703	120	587,5	14,5	10,75	87,75	214	2	62,4	115	2,3	0,15	170	12	2,3
Обед 12-18 лет																
	Макаронные изделия отварные с сыром, масло сливочное, 250/5	255	45,93	750	5,2	14,4	430	26,3	14,6	7,16	87,3	0,33	2,21	108,7	4,4	0,4
	Кисло-молочная продукция (Йогурт фруктовый)	300	48,00	120	3,8	1,6	8	11,7	1,82	18	41	0,08	0,12	98,8	11,22	0
	Кофейный напиток с молоком	200	23,73	110,9	3,9	0,8	20,8	42,2	0,3	21,7	28	0,23	0,01	0	1,47	0
	Хлеб пшеничный	70	8,82	143,1	5,9	0,8	19,6	11,2	1,85	26,1	30,5	0,09	1,43	0	0	0,84
	Поджаренный															
Итого обед				126,43												
Итого обед		725	120	680	11,5	13	46,5	200	4,5	14	200	1,4	1,5	120	11,2	1,31
Обед 19-21 лет																
	Салат из отварной свеклы с соевым соусом	80	15,54	79,1	4,4	1	1,6	37	3,9	11,7	88	0,21	2,25	84	4,4	0,6
	Суп крестьянский с крупой, мясо 250/15	265	41,03	126,64	2,7	5,7	14,77	83,7	1,7	11,5	70	0,06	0,08	16	10	1,67
	Рыба, запеченная под молочным соусом	120	96,18	184	14,7	15,8	14,5	37,1	0,8	16,7	170,8	0,11	3,74	12,1	0,4	1,4
	Картофель отварной	150	18,63	202,2	1,79	0,8	24,7	38	0,16	1,3	33	0,15	0,15	24	1,8	1,14
	Напиток из плодов шиповника	200	13,82	114,8	0,7	0,4	11,8	42,3	0,8	12,1	21,0	0,01	0,03	0	0,3	0,2
	Хлеб пшеничный	20	2,52	46,76	1,98	0,2	3,96	1,6	0,22	6,4	17,4	0,01	0,04	0	0	2,26
	Поджаренный															
	Хлеб ржаной	30	3,78	69	1,30	1,9	5,72	8,4	0,01	1,5	41,8	0,04	0,11	0	0	0,27
Итого обед				117,1												
Итого обед		645	190	822,5	8,05	11,6	111,75	360	4,2	67,5	385	0,42	0,49	170	23	5,4
Обед 17-18 лет																
	Салат из отварной свеклы с соевым соусом	100	25,7	84,1	5,5	1	1,7	40	4,7	14,3	68	0,24	2,08	80	3,4	1,4
	Суп крестьянский с крупой, мясо 250/5	255	32,63	128,67	2,48	4,7	12,78	80,2	1,8	12,85	47,1	0,03	0,1	10	10	1,0
	Рыба, запеченная под молочным соусом	120	96,18	184	14,7	15,8	14,5	37,1	0,8	16,7	170,8	0,11	3,74	12,1	0,4	1,4
	Картофель отварной	180	21,35	267,7	4	2,3	44,1	55,91	1,42	1,3	30	0,15	0,15	32	2,2	1,15
	Напиток из плодов шиповника	200	13,82	114,8	0,7	0,4	11,8	42,3	0,8	12,1	21,0	0,01	0,03	0	0,3	0
	Хлеб пшеничный	30	3,78	76,23	2,57	0,3	14,44	7,18	0,33	3,3	14,1	0,01	0,02	0	0	4,46
	Поджаренный															
	Хлеб ржаной	50	6,3	115	3,46	0,5	19,6	11,2	1,85	17,4	21	0,09	0,20	0	0	1,43
Итого обед				124,94												
Итого обед		935	190	967	11,3	12,2	144,03	470	6,2	106	437	0,42	0,5	225	14,2	5,77
Вечер 19-21 лет																
	Сок фруктовый в т/л	200	29,00	75	0,4	0	5	25,4	0,5	7,3	14,4	0,01	0,01	40	2	0,2
	Фрукты свежие (яблочки)	125	86,00	47	0,4	0,6	3,8	36	0,4	1	11	0,01	0,02	15	4	0,16
	Ватрушка с творогом	30	25,00	113	7,7	7,3	24,7	44,3	0,3	12,1	42,1	0,01	0,06	4	2	0,44
	Итого вечер	375	120	235	7,7	7,9	44,9	110	1,2	15	110	0,12	0,14	70	6	1
Вечер 17-18 лет																
	Сок фруктовый в т/л	200	29,00	75	0,4	0	5	25,4	0,5	7,3	14,4	0,01	0,01	40	2	0,2
	Фрукты свежие (яблочки), 1 шт.	125	60,00	47	0,4	0,6	3,8	36	0,4	1	11	0,01	0,02	16	4	0,16
	Ватрушка с творогом	55	25,00	137	7,7	7,3	25,5	44,3	0,3	12,1	42,1	0,01	0,06	4	2	0,44
	Итого вечер	380	120	259	7,7	8,2	44,3	110	1,2	15	110	0,12	0,14	40	2	1
Итого вечер 17-18 лет				124,94												
Итого вечер 17-18 лет		2040	430	1904	14	14,4	227,02	810	17,5	220	810	0,49	0,5	630	16	3,08

Итого завтрак

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!