

15.09.2025

Согласовано: Директор

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

Неделя: Третья

День: Понедельник

Вариант № 11

Прим. лица № рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Минеральные вещества, мг				Витамины, мг				
					Белки	Жиры	Углевод.	Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	Аскорб. (всг)	C	E
Завтрак 7-11 лет																
151	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы, м/сл 250/5	205	58,62	216,93	6,34	8,25	35,19	205,8	0,35	25	80,59	0,16	0,1	0	1,01	
4	Сыр порционный	10	17,59	65,72	0,1	7,2	0,13	2,4	0,2	2,64	3	0,04	0,01	40	0,1	
5	Яйцо вареное	50	9,90	52,84	3,04	1,6	0,26	23	1	4,8	75,8	0,08	0,18	135	0,24	
101	Какао с молоком	200	27,19	125,11	3,78	2,5	25	33,55	0,9	15,55	71,11	0,02	0,02	0	0,5	
	Хлеб пшеничный	50	6,60	116,9	3,95	0,5	16,06	11,5	0,55	16,5	43,5	0,05	0,04	0	0,05	
	Яодированный															
Итого расчетная стоимость			120,00													
Итого завтрак		515	120,00	587,5	19,25	18,75	85,75	275	3	51,5	275	0,3	0,35	175	2,5	
Завтрак 12-18 лет																
151	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы, м/сл 250/5	255	58,62	204,28	6,9	1,07	43,27	229,2	0,71	26,1	87,19	0,21	0,31	45,5	1,7	
4	Сыр порционный	15	17,59	94,67	1,21	0,67	0,31	3	0	0	4	0	0	59,1	0,1	
5	Яйцо вареное	50	9,90	52,84	3,04	1,6	0,26	23	1	4,8	75,8	0,08	0,02	100	0,24	
101	Какао с молоком	200	27,19	125,11	3,78	2,5	26	33,55	0,9	15,55	71,11	0,02	0,02	0	0,5	
	Хлеб пшеничный	70	9,24	193,1	5,53	1,16	23,67	12,5	1,69	26,54	60,5	0,09	0,05	0	0,91	
	Яодированный															
Итого расчетная стоимость			122,54													
Итого завтрак		590	120	680	22,5	23	99,75	300	4,5	75	300	0,35	0,4	225	2,95	
Обед 7-11 лет																
142	Салат Витаминный	50	24,34	5	0,6	0,05	0,5	12	0	7,7	16,2	0,07	0,07	0	0,47	
180	Свекольник, сметана 200/10	210	31,72	140,84	6,27	6,5	20,75	182,5	0,85	12,5	187,3	0,13	0,14	200	1,75	
15	Плов с мясом	200	111,02	437	16,3	20,38	51,38	175,5	0,5	35,7	109,9	0,29	0,1	45	0,26	
210	Напиток Брусничный	200	20,08	122,9	0,52	0,18	24,84	23,4	1,3	17	23,4	0,07	0,09	0	0,2	
	Хлеб пшеничный	20	2,54	46,76	1,31	0,2	8,66	4,8	0,12	6,6	17,4	0,02	0,05	0	0,26	
	Яодированный															
	Хлеб ржаной	30	4,51	69	1,28	0,33	9,72	5,9	0,33	7,5	31,8	0,04	0,09	0	0,27	
Итого расчетная стоимость			194,91													
Итого обед		720	190	822,5	26,95	27,55	117,15	385	4,2	87,5	385	0,42	0,49	245	3,5	
Обед 12-18 лет																
142	Салат Витаминный	100	40,57	12	0,6	0,21	0,9	24	0	14,7	33	0,09	0,07	20	0,9	
180	Свекольник, сметана 250/10	260	32,38	201,87	8,16	10,55	36,24	178,5	1,23	18,5	185,5	0,15	0,23	250	1,75	
15	Плов с мясом	200	111,02	437	16,3	20,38	51,38	175,5	0,5	35,7	109,9	0,29	0,1	45	0,26	
210	Напиток Брусничный	200	20,08	122,9	0,52	0,18	24,84	23,4	1,3	17	23,4	0,07	0,09	0	0,2	
	Хлеб пшеничный	30	4,51	76,23	2,37	0,3	14,45	7,19	0,33	9,9	24,1	0,03	0,05	0	0,35	
	Яодированный															
	Хлеб ржаной	50	6,60	115	3,45	0,55	19,2	11,5	1,53	17,15	53	0,06	0,08	0	0,45	
Итого расчетная стоимость			215,56													
Итого обед		840	190	965	31,5	32,2	134,05	420	6,3	105	420	0,45	0,6	315	4,55	
Полдник 7-11 лет																
115	Сок фруктовый а т/п	200	34,00	75	0,9	0	5	35,4	0,5	7,3	12,5	0,02	0,05	30	0,2	
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт.	125	61,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,3	7	45,3	0,03	0,03	55	0,15	
	Кеос столовый	30	25,00	113	0,4	7,5	24,7	38,1	0,1	10,1	32,1	0,03	0,05	5	0,64	
Итого полдник		355	120	235	7,7	7,9	33,5	110	1,2	25	110	0,12	0,14	70	1	
Полдник 12-18 лет																
115	Сок фруктовый а т/п	200	34,00	75	0,9	0	5	35,4	0,5	7,3	12,5	0,02	0,06	30	0,2	
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт.	125	61,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,3	7	45,3	0,03	0,03	55	0,15	
	Кеос столовый	30	25,00	113	7,7	3,5	10,5	46,5	0,7	15,1	62,1	0,15	0,02	25	1	
Итого полдник		355	120,00	259	5	9,2	38,3	120	1,8	30	120	0,14	0,1	90	0,95	
Итого день 7-11 лет		1590	430	1645	53,9	35,3	254,5	775	8,4	175	775	0,64	0,98	490	7	
Итого день 12-18 лет		1785	430	1904	55	64,4	288,1	840	12,6	210	840	1,36	1,1	630	8,5	

в т.ч. пропуски

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ НА 16.09.2025г

Согласованно

Директор

Утверждено
Генеральный директор АО "Комбинат питания"
Петрова И.А.

Неделя: Третья

Дневной рацион

Вариант № 12

Примечание № рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Питательные вещества			Макроэлементы, мг				Витамины, мг				
					Белок	Жиры	Углеводы	Ca	P	Mg	K	B1	B2	Аскорбиновая	C	E
Завтрак 7-11 лет																
301/201	Кнели из птицы с рисом, сыром, соус сметанный 90/30	120	55,44	193,9	6,74	11,3	52,2	187,2	140	77	350,1	0,18	0,23	76,4	1,8	1,28
52	Макаронные изделия отварные, м/сл 150/5	153	22,33	214,7	8,09	7,73	46,5	80,1	1,5	16,6	87,5	0,27	0,1	66,5	0,27	0,5
98	Чай с сахаром, лимонном 200/5	205	5,93	62	0,53	0,02	15	14,2	0,16	2,4	4,9	0	0	0	12,83	0
	Хлеб пшеничный йодированный	50	6,60	116,9	1,95	0,5	19,35	11,5	0,55	16,5	43,5	0,35	0,04	0	0	0,45
Итого расчетная стоимость				172,37												
Итого завтрак		530	120	587,5	25,25	19,75	62,75	275	8	62,5	275	0,3	0,35	179	15	2,3
Завтрак 12-18 лет																
301/201	Кнели из птицы с рисом, сыром, соус сметанный 100/20	120	87,79	252,57	7,51	17,17	50,73	92,1	1	28,3	95,3	0,25	0,11	170,1	2,45	0,4
52	Макаронные изделия отварные, м/сл 150/5	185	25,04	172,33	8,49	8,65	44,55	70,1	1,25	20,76	141,1	0,17	0,24	93,9	1,22	0,65
98	Чай с сахаром, лимонном 200/5	205	5,93	62	0,53	0,02	15	14,2	0,32	2,4	4,9	0	0	0	12,83	0
	Хлеб пшеничный йодированный	70	9,24	193,1	5,55	1,16	25,67	12,5	1,65	28,34	62,9	0,69	0,05	0	0	0,23
Итого расчетная стоимость				125,93												
Итого завтрак		580	120	680	22,5	23	66,75	300	4,8	75	300	0,45	0,4	225	17,5	1,25
Обед 7-11 лет																
37	Салат картофельный с огурцами	60	19,56	50,9	1,33	3,44	5,53	24	0,32	4,5	30,3	0,21	0,01	45	3,5	0,5
40	Суп из овощей	200	13,1	101,3	3,2	3,3	31,2	35,4	1,6	15,5	125,5	0,05	0,07	54	4,5	1,01
61	Рыба тушеная в томате с овощами 90/30	120	95	242	15,5	10,67	31,55	146	1,15	14,1	123	0,23	0,24	55	0,6	1,1
54	Рис припущенный, м/сл 150/5	155	34,8	197,74	2,56	9,15	31	43,5	0,3	17,4	87	0,1	0,1	80	1,7	0,15
115	Сок фруктовый	200	21,24	114,8	0,7	0,05	27,6	31,2	0,5	17,5	21,9	0,01	0,03	0	10,5	1
	Хлеб пшеничный йодированный	20	2,52	46,76	1,58	0,2	9,55	4,8	0,22	4,8	17,4	0,12	0,01	0	0	0,23
	Хлеб ржаной	50	3,78	69	1,08	0,33	0,72	6,9	0,95	7,5	21,8	0,34	0,03	0	0	0,27
Итого расчетная стоимость				350												
Итого обед		785	190	822,5	26,25	27,65	117,35	385	4,3	87,5	385	0,42	0,43	245	11	3,5
Обед 12-18 лет																
37	Салат картофельный с огурцами	100	28,55	60,9	2,55	5,2	9,22	42	0,32	8,9	31,3	0,01	0,01	62	7,5	0,9
40	Суп из овощей	250	17,85	163,27	3,52	6,55	11,2	129,42	1,75	19,8	110,7	0,07	0,11	127	3,8	1,4
61	Рыба тушеная в томате с овощами 100/20	120	95,84	242	15,5	10,67	31,55	146	1,05	14,1	121	0,21	0,24	55	0,5	1,2
54	Рис припущенный, м/сл 150/5	185	38,25	192,8	2,55	7,67	27,45	41,8	1,03	17,4	87	0,1	0,1	52	2	0,15
115	Сок фруктовый	200	21,24	114,8	0,7	0,05	27,6	31,2	0,5	17,5	21,9	0,01	0,04	0	10,5	1
	Хлеб пшеничный йодированный	30	3,78	75,23	2,37	0,2	14,45	7,15	0,44	1,9	25,1	0,05	0,05	0	0	0,35
	Хлеб ржаной	50	5,3	115	3,45	0,55	16,3	11,5	1,25	17,55	53	0,25	0,06	0	0	0,45
Итого расчетная стоимость				232,81												
Итого обед		935	190	955	31,5	32,1	134,05	420	5,1	104,95	420	0,49	0,5	315	24,5	5,89
Полдник 7-11 лет																
	Кисло-молочная продукция и т/п	200	52,00	102	5,5	5,2	7,1	73	0,7	15,5	72	0,15	0,06	32	1,4	0,3
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт.	125	45,00	47	0,4	0,4	3,6	35	0,6	7	23	0,03	0,02	35	4	0,16
	Творожный сладкий	55	25,00	86	1,8	2,3	22,5	1	0,4	4,5	17	0,11	0,04	3	0,6	0,54
Итого полдник		380	120	235	7,7	7,9	33,2	110	1,7	25	110	0,12	0,14	70	6	1
Полдник 12-18 лет																
	Кисло-молочная продукция и т/п	200	52,00	125	5,5	5,5	11,9	43	0,9	15,5	42	0,1	0,04	52	2,94	0
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт.	125	45,00	47	0,4	0,4	3,6	35	0,6	7	23	0,03	0,02	35	4	0,16
	Творожный сладкий	55	25,00	86	1,8	2,3	22,5	1	0,4	4,5	17	0,11	0,04	3	0,72	0,25
Итого полдник		380	120,00	258	7,7	8,2	38,0	120	1,9	30	120	0,14	0,1	90	7	0,42
Итого день 7-11 лет		1695	430	1645	54,9	55,3	236,9	770	8,4	175	770	1,84	0,84	460	42	7
Итого день 12-18 лет		1895	430	1904	63	64,1	268,1	840	12,5	224,95	840	0,98	1,1	552	46	8,57

Оформлено: _____

Вариант № 12

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ НА 17.05.2025г

Согласовано: директор

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

Неделя: Третья

День: среда

Вариант № 13

Прим. пищи № рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Максимальное содержание				Минимальное содержание, мг				Витамины, мг				
					Белок	Жиры	Углевод.	Воды	Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	Аскорбиновая к-та	C	E
Завтрак 7-11 лет																	
8/210	Запеканка творожная с марковиной,молоко сгущенное200/50	250	148,51	420,6	15,22	10,33	90,7	282,4	2,17	44,8	228,7	0,25	0,31	175	14,37	1,85	
	Чай с сахаром	200	3,83	60	0,07	0,07	15	11,1	0,29	1,4	2,8	0	0	0	0,05	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	50	6,30	115,9	3,95	0,5	18,05	11,5	0,55	18,5	43,5	0,05	0,04	0	0	0,05	
Итого расчетная стоимость			158,64														
Итого завтрак		500	120	587,5	19,29	10,75	108,75	279	3	67,5	275	0,3	0,35	175	15	2,3	
Завтрак 12-18 лет																	
8/210	Запеканка творожная с марковиной,молоко сгущенное230/50	250	166,99	420,9	15,9	10,62	91,03	276,4	2,33	45,06	236,3	0,26	0,35	225	17,47	1,46	
	Чай с сахаром	200	3,83	60	0,07	0,07	15	11,1	0,29	1,4	2,8	0	0	0	0,05	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	70	8,82	193,1	5,53	2,15	25,27	12,5	0,89	25,54	60,5	0,09	0,05	0	0	0,01	
Итого расчетная стоимость			179,64														
Итого завтрак		550	120	680	22,5	23	116,75	300	4,5	75	300	0,35	0,4	225	17,5	2,37	
Обед 7-11 лет																	
17 47 74 103	Морская капуста тушеная с овощами	60	13,38	44,34	0,33	5,22	7,37	12,5	0,2	12	10,6	0,03	0,05	0	0,05	1,07	
	Суп картофельный с бобовыми(горох)	200	11,68	150,1	2,9	2,0	19,3	78,7	0,5	15,5	55,1	0,04	0,05	0	0,5	2,3	
	Рагу из птицы с картофелем	200	144,82	404,1	19,33	18,8	54,8	280,6	1,73	42,5	216,7	0,28	0,32	245	3,5	1	
	Напиток из плодов шиповника	200	13,82	108,2	0,5	0,5	26,8	21,3	0,6	3,4	3,4	0,01	0,05	0	15,84	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	1,26	0,34	0,71	0,5	0,33	7,5	31,0	0,04	0,03	0	0	0,27	
Итого расчетная стоимость			190														
Итого обед		710	190	822,5	26,95	27,65	117,25	345	4,2	87,5	385	0,42	0,49	245	21	3,9	
Обед 12-18 лет																	
17 47 74 103	Морская капуста тушеная с овощами	100	22,31	82	0,66	5,22	7,37	22,9	0,5	24	16,9	0,04	0,05	45	0,16	2,1	
	Суп картофельный с бобовыми(горох)	250	12,1	199,47	3,65	2,03	24,79	96,54	1,27	19,55	104,2	0,07	0,05	25	4,4	0,5	
	Рагу из птицы с картофелем	250	181,02	404,1	19,33	18,8	54,8	280,6	1,73	42,5	216,7	0,28	0,32	245	3,5	2,5	
	Напиток из плодов шиповника	200	13,82	108,2	0,6	0,5	26,8	21,3	0,6	3,4	3,4	0,01	0,05	0	15,84	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	30	3,78	76,23	2,37	0,3	14,49	7,19	0,33	9,3	23,1	0,03	0,03	0	0	0,35	
	Хлеб ржаной	50	6,3	115	3,45	0,55	16,2	11,5	0,55	17,55	55	0,05	0,06	0	0	0,45	
Итого расчетная стоимость			239,35														
Итого обед		880	190	955	31,5	32,2	134,05	420	6,5	105	420	0,49	0,6	275	26,5	4,94	
Полдник 7-11 лет																	
	Сок фруктовый в т/л	200	34,00	75	0,5	0	0	25,4	0,5	7,5	51,9	0,02	0,03	30	2	0,2	
	Фрукты свежие (яблосин), 1 шт.	125	61,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,5	7	2	0,03	0,02	35	4	0,15	
	Булочка " Веснушка"	50	25,00	113	6,4	7,5	24,7	36,5	0,1	12,1	55,1	0,07	0,16	5	0	0,64	
Итого полдник		375	120	235	7,7	7,9	39,5	110	1,2	25	110	0,12	0,14	70	6	1	
Полдник 12-18 лет																	
	Сок фруктовый в т/л	200	34,00	75	0,5	0	0	25,4	0,5	7,5	51,9	0,02	0,03	30	2	0,2	
	Фрукты свежие (яблосин), 1 шт.	125	61,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,5	7	2	0,03	0,02	35	4	0,15	
	Булочка " Веснушка"	55	25,00	137	7,7	8,8	29,3	46,5	0,7	15,1	62,1	0,09	0,22	35	1	0,5	
Итого полдник		380	120	259	9	9,2	38,3	120	1,8	30	120	0,14	0,2	90	7	0,96	
Итого день 7-11 лет		1385	430	1645	55,5	55,3	284,5	770	8,4	175	770	0,84	0,98	490	43	7	
Итого день 12-18 лет		2810	430	1904	59	61,4	268,3	840	12,5	210	840	0,98	1,1	670	49	8,27	

Подпись: _____

Подпись: _____

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ НА 18.09.2025г

Согласовано

Директор

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат питания"

Петрова И.А.

Надпись: Третий

Дети: Четверг

Вариант № 14

Прием пищи по рецептуре	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая стоимость	Белки в г/100г			Жиры в г/100г			Углеводы в г/100г			Минеральные вещества, мг					Витамины, мг		
					Белки	Жиры	Углеводы	Ca	P	K	Na	Cl	Fe	В1	В2	Вит. А мкг/100г	С	Е			
Завтрак 7-11 лет																					
22/201	Птица запеченная, соус сметанный 90/10	100	73,99	198,48	11,2	13,33	16,8	234,33	1,53	17,67	165,1	2,16	0,26	125	2,3	1,25					
	Макаронные изделия отварные	150	15,18	210,11	4,47	5,2	31,9	14,77	1,33	25,53	61,5	0,15	0,25	47	0,5	0,5					
	Кофейный напиток с молоком	200	24,53	62	0,53	0,02	15	14,2	0,16	2,4	4,9	0	0	0	14,2	0					
	Хлеб пшеничный ядрированный	50	6,30	116,9	3,55	0,5	16,55	31,3	0,55	16,5	43,5	0,05	0,04	0	0	0,65					
Итого расчетная стоимость			120,06																		
Итого завтрак		500	120	587,5	19,29	19,75	83,75	275	3	62,5	275	0,3	0,35	175	15	1,6					
Завтрак 12-18 лет																					
22/201	Птица запеченная, соус сметанный 100/20	120	76,57	220,8	13	14,33	16,8	234,33	0,72	21,67	170	2,16	0,06	104,67	1,8	1,93					
	Макаронные изделия отварные	180	18,27	204,1	5,44	6,4	36,28	16,77	1,53	30,33	64,2	0,18	0,25	126,33	1,5	0,4					
	Кофейный напиток с молоком	200	24,53	62	0,53	0,02	15	14,2	0,16	2,4	4,9	0	0	0	14,2	0					
	Хлеб пшеничный ядрированный	70	8,82	193,1	5,15	0,7	18,57	32,3	1,85	28,54	60,5	0,09	0,05	0	0	1,91					
Итого расчетная стоимость			128,35																		
Итого завтрак		570	120	580	22,3	23	95,75	300	4,5	75	300	0,35	0,4	225	17,5	2,34					
Обед 7-11 лет																					
48/55	Салат "Степной"	60	16,28	51,1	1,29	1,19	12,33	19,4	0,55	6,7	37,33	0,25	0,05	25	0,56	0,5					
	Суп картофельный с крупой (гречневой)	200	30,55	128,3	3,3	4,7	11,8	133	0,0	8,9	100,1	0,03	0,05	50	0,54	0,67					
	Капуста тушеная с мясом	200	113,37	210,44	11,2	8,71	24,73	167,8	0,9	23,5	146,38	1,2	0,2	170	1,1	0,8					
	Компот из свежемороженом плод (смородины)	200	23,5	202,1	7,1	8,3	32,0	15	1,3	15	28,39	0,16	0,08	0	1,3	0,7					
	Хлеб пшеничный ядрированный	20	2,52	114,8	0,7	0,05	27,6	30,3	0,5	17,3	21,5	0,01	0,06	0	1,4	0,2					
	Хлеб ржаной	30	3,78	46,76	1,56	0,2	9,83	4,3	0,23	6,6	17,4	0,02	0,01	0	0	0,16					
Итого расчетная стоимость			150	59	1,68	0,45	0,72	6,9	0,93	7,5	27,5	0,04	0,14	0	0	0,27					
Итого обед		710	190	822,5	16,85	17,65	107,25	385	4,2	87,5	389	0,43	0,48	245	21	2,5					
Обед 12-18 лет																					
48/55	Салат "Степной"	100	27,14	58,1	1,31	1,19	12,33	29,4	0,9	6,7	37,33	0,25	0,04	25	0,56	0,33					
	Суп картофельный с крупой (гречневой)	250	39,34	136,07	3,87	5,04	11,8	167,1	0,52	17,4	124,68	0,39	0,08	45	1,14	1,1					
	Капуста тушеная с мясом	200	113,37	252,7	12,4	14,7	28,3	167,3	1,2	25	126,38	1,2	0,2	145	1,1	0,8					
	Компот из свежемороженом плод (смородины)	200	23,50	212,1	7,1	7,3	32,05	15	1,3	15	28,3	0,16	0,08	0	1,3	1,4					
	Хлеб пшеничный ядрированный	50	3,75	76,23	2,57	0,3	14,45	4,9	0,53	9,9	31,1	0,23	0,08	0	0	0,39					
	Хлеб ржаной	50	6,30	115	3,45	0,55	16,2	11,5	1,55	12,5	23	0,02	0,06	0	0	0,45					
Итого расчетная стоимость			207,43	115	3,45	0,55	16,2	11,5	1,55	12,5	53	0,02	0,06	0	0	0,45					
Итого обед		830	190	965,2	14,25	17,75	122,85	395,2	7,35	100	451,1	1,54	0,6	325	22,9	5,43					
Полдник 7-11 лет																					
	Кисло-молочный продукт в т/л	200	52,00	102	5,5	5,2	7,1	79	0,2	15,5	72	0,23	0,1	32	1,4	0,3					
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт.	125	43,00	47	0,4	0,4	5,8	35	0,6	7	21	0,09	0,02	25	1	0,16					
	Пирожное песочное с корицей	50	25,00	85	1,8	2,3	22,3	1	0,4	4,5	17	0,07	0,23	9	0,5	0,64					
	Итого полдник	375	120	235	7,7	7,9	39,3	110	1,2	25	110	0,32	0,34	70	2,9	1					
Полдник 12-18 лет																					
	Кисло-молочный продукт в т/л	200	52,00	102	5,5	5,2	7,1	79	0,2	15,5	72	0,23	0,1	32	1,4	0,3					
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт.	125	43,00	47	0,4	0,4	5,8	35	0,6	7	21	0,09	0,02	25	1	0,16					
	Пирожное песочное с корицей	50	25,00	110	1,8	2,3	27,4	11	1	9,5	37	0,09	0,27	23	1,5	0,36					
	Итого полдник	375	120	259	7,7	7,9	39,3	120	1,8	32	120	0,34	0,39	80	3,9	0,82					
Итого день 7-11 лет		1585	480	1645	11,9	12,3	231,3	775	8,4	175	770	0,84	0,98	460	42	4					
Итого день 12-18 лет		1775	490	1904,2	15,75	16,9	252,7	819,2	14,65	205	871,3	1,23	1,1	620	47,4	6,97					

Секция производств

Назначение

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ № 19.05.2025г

Согласовано: Утверждено:
Генеральный директор АО "Комбинат питания"
Петрова И.А.

Неделя Третяя

Дата: Пятница

Вариант № 15

Порядковый номер блюда	Наименование Блюда	Вес Блюда	Цена	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Минеральные вещества, мг							Витаминизация		
					Белок	Жиры	Углеводы	Ca	Fe	Mg	P	Na	K	Аскорбиновая	C	E	
Завтрак 7-11 лет																	
111/204	Биточки мясные, соус томатный 100/30	130	85,28	128,63	11,1	11,35	18,8	124,53	1,55	17,67	149,1	0,18	0,06	106	0,3	1,25	
	Наша рассыпчатая гречневая, масло сливочное 150/5	155	22,40	210,11	1,97	8,0	31,9	14,77	0,51	25,98	61,5	0,19	0,15	67	2,5	0,6	
	Чай с сахаром, лимон-ом 200/5	205	5,93	82	0,53	0,03	15	16,2	0,16	2,4	4,5	0	0	0	10,2	0	
	Хлеб пшеничный Поджаренный	50	6,30	116,9	3,55	0,5	18,25	11,5	0,55	18,5	45,5	0,25	1,04	0	0	0,65	
Итого завтрак		540	120	587,5	19,25	19,35	64,75	155	2,76	62,5	275	0,3	0,35	173	18	2,5	
Завтрак 12-18 лет																	
111/204	Биточки мясные, соус томатный 100/30	130	85,28	128,63	11,1	11,35	18,8	124,53	1,55	17,67	170	0,18	0,06	104,67	2,8	0,45	
	Наша рассыпчатая гречневая, масло сливочное 180/5	185	26,88	204,1	2,44	8,16	46,38	18,77	1,11	18,18	84,2	0,19	0,15	121,33	0,5	0,6	
	Чай с сахаром, лимон-ом	205	5,93	82	0,53	0,03	15	16,2	0,16	2,4	4,5	0	0	0	10,2	0	
	Хлеб пшеничный Поджаренный	70	8,82	153,1	5,53	0,7	25,67	17,5	0,78	18,54	50,5	0,35	1,15	0	0	0,95	
Итого завтрак		590	130	580	24,5	16	90,75	160	4,5	75	300	0,35	0,4	225	17,8	2,24	
Обед 7-11 лет																	
141	Салат из свеклы с сыром	60	14,67	51,1	1,97	5,16	12,13	13,4	0,25	4,7	17,13	0,04	0,06	25	8,58	0,0	
	Щи из свеклы, капуста, картофель, сметаной 200/10	210	24,21	128,3	1,3	4,7	11,8	144	0,6	8,8	105,1	0,15	0,05	52	8,64	0,61	
	Поджарка из рыбы	120	101,57	210,44	11,2	8,73	24,79	157,5	0,5	11,3	146,18	0,4	1,2	173	1,1	0,8	
	Картофельное пюре	150	25,7	212,1	7,1	8,5	30,5	15	0,5	15	38,49	0,45	0,18	0	1,1	0,7	
	Компот из плодов и ягод свежих мороженых	200	17,15	114,8	0,7	0,08	27,6	10,3	0,5	17,5	21,3	0,31	1,15	0	1,8	0,2	
	Хлеб пшеничный Поджаренный	20	2,52	46,76	1,95	0,2	9,06	4,6	0,12	4,9	17,5	0,05	0,21	0	0	0,15	
	Хлеб ржаной	30	3,78	69	1,44	0,15	0,73	8,5	0,13	7,1	31,5	0,04	0,15	0	0	0,27	
Итого обед		790	190	622,5	26,94	22,64	117,06	408	4,7	67,6	585	0,42	0,45	245	11	1,4	
Обед 12-18 лет																	
141	Салат из свеклы с сыром	100	24,45	86,1	3,31	5,10	12,13	28,4	0,9	9,1	67,19	0,06	0,06	25	8,58	0,32	
	Щи из свеклы, капуста, картофель, сметаной 250/10	260	26,20	135,07	1,91	5,94	11,8	147,1	0,55	17,4	124,05	0,19	0,06	45	12,14	1,1	
	Поджарка из рыбы	120	101,57	252,7	11,2	14,7	24,4	187,9	1,2	19	178,18	1,2	1,2	145	1,1	0,4	
	Картофельное пюре	180	37,84	212,1	7,1	7,5	35,95	25	1,1	15	38,49	0,45	0,18	0	1,1	1,0	
	Компот из плодов и ягод свежих мороженых	200	17,15	114,8	0,7	0,08	27,6	10,3	0,5	17,5	21,3	0,31	0,64	0	1,8	1	
	Хлеб пшеничный Поджаренный	30	3,78	75,25	1,95	0,3	14,49	6,0	0,13	9,9	25,1	0,05	0,19	0	0	0,19	
	Хлеб ржаной	50	6,30	115	3,44	0,15	16,7	13,8	0,15	12,5	55	0,06	0,15	0	0	0,45	
Итого обед		940	190	683	31,5	32,2	134,05	410	5,3	115	420	0,46	0,49	315	24,8	3,98	
Полдник 7-11 лет																	
	Сок фруктовый в т/л	100	34,00	102	1,5	5,1	7,1	73	0,2	13,5	72	0,00	0,1	23	1,4	0,2	
	Фрукты свежие (груша)	125	51,00	47	0,4	0,4	8,9	39	0,5	7	23	0,09	0,02	25	4	1,15	
	Пирожное "Песочное кольцо"	50	25,00	86	1,8	2,7	32,8	1	0,4	4,5	17	0,07	0,00	3	1,6	0,64	
Итого полдник		375	110	235	3,7	7,8	55,5	110	1,1	15	112	0,12	0,14	73	6	1	
Полдник 12-18 лет																	
	Сок фруктовый в т/л	200	34,00	102	3,5	5,2	7,1	75	0,2	13,5	72	0,02	0,02	32	1,4	0	
	Фрукты свежие (груша)	125	51,00	47	0,4	0,4	8,9	39	0,5	7	23	0,11	0,12	85	4	0,18	
	Пирожное "Песочное кольцо"	50	25,00	110	4,1	8,8	71,5	11	1	8,9	27	0,09	0,17	25	1,6	0,16	
Итого полдник		375	110	259	8	14,4	87,5	125	1,7	29	122	0,14	0,1	90	7	0,42	
Итого день 7-11 лет		1705	430	1645	53,9	54,9	244,5	770	8,4	175	770	0,46	0,49	680	35	7	
Итого день 12-18 лет		1905	430	1924	65	64,4	269,1	840	12,8	110	840	0,58	1,1	890	40	8,62	

Заведующий: Информация: 

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!