

62



МЕНЮ на 19.05.2025 год

Неделя: Вторая

День: понедельник

Утверждено
Генеральный директор АО "Комбинат питания"
Ильина И.Н.
Вариант № 1 2723039714

Группа и пол	Наименование блюда	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеб. воды	Материальные						Витамины, мг					
						Са	С	Е	В1	В2	В6	В12	А	С	Е		
Завтрак 7-11 лет																	
105	2 Каша молочная с крупой пшениной, масло сливочное, 250/5	255	51,07	186,84	6,52	4,78	37,02	190	0,85	11,87	20	0,19	0,27	35	8,5	1,01	
	4 Сыр порциями	10	14,88	68,72	0,1	7,2	0,12	2,4	0	0	3	0	0	40	5	0,1	
	5 Яйцо вареное	50	23,22	62,84	5,08	4,6	0,28	22	1	6,8	77	0,03	0,02	100	0	0,24	
	Кофейный напиток с молоком	200	24,53	155,2	3,0	2,67	38,27	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	18,08	11,5	0,35	10,5	44	0,05	0,04	0	0	0,65	
Итого расчетная стоимость		110,00															
Итого завтрак		565	120,00	587,5	19,25	19,75	83,73	275	3	62,5	275	0,3	0,35	175	15	2,5	
Завтрак 12-18 лет																	
105	2 Каша молочная с крупой пшениной, масло сливочное, 250/10	260	59,85	174,19	7,38	4,9	41	204	1,01	12,33	26	0,2	0,31	75,8	14	0,3	
	4 Сыр порциями	15	17,69	94,67	1,21	8,67	0,53	3	0	0	4	0	0	79,1	2,3	0,1	
	5 Яйцо вареное	50	23,22	62,84	5,08	4,6	0,28	22	1	4,8	77	0,03	0,02	100	0	0,24	
	Кофейный напиток с молоком	200	24,53	155,2	3,5	2,67	38,27	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	17,5	1,05	18,54	61	0,06	0,05	0	0	0,91	
Итого расчетная стоимость		134,11															
Итого завтрак		595	120	680	22,5	23	95,75	300	4,5	75	300	0,33	0,4	255	18	1,55	
Обед 7-11 лет																	
135	Салат из квашеной капусты	60	33,6	6	0,6	0,06	0,9	12	0	7,7	15	0,06	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	14,0	147	0,1	0,19	83	0,3	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	0,09	20	0,0	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	0,01	0,03	0	18	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	20	2,52	46,76	1,58	0,2	9,56	4,5	0,22	5,6	17	0,04	0,05	0	0	0,25	
	Хлеб ржаной	30	3,78	69	1,68	0,35	5,72	6,9	0,53	7,5	32	0,04	0,05	0	0	0,27	
Итого расчетная стоимость		150,96															
Итого обед		760	190	822,5	26,05	27,65	117,3	385	4,2	87,5	385	0,42	0,40	245	21	3,5	
Обед 12-18 лет																	
136	Салат из квашеной капусты	100	56,01	6	0,51	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	6,62	30,95	195	0,8	21,23	144	0,2	0,29	113	0,5	0,3	
	77 Гуляш мясной	120	129,51	254,7	12,66	18,89	36,9	127	2,33	16,67	91	0,16	0,02	142	0,1	0,33	
	60 Каша рассыпчатая гречневая	180	18,11	175,17	4,25	5,73	7,01	36,7	0,79	14,05	68	0,07	0,09	60	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	0,01	0,03	0	18	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	30	3,78	76,23	1,37	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	3,45	0,55	15,2	11,5	1,55	17,35	53	0,06	0,06	0	0	0,45	
Итого расчетная стоимость		244,45															
Итого обед		930	190	910	31,5	32,2	134,1	420	6,3	105	420	0,45	0,6	315	25	3,77	
Полдник 7-11 лет																	
	Сок фруктовый, т/л	200	33,50	75	0,9	0	5	35,4	0,5	7,9	33	0,02	0,06	30	2	0,2	
	Фрукты свежие (банан), 1 шт.	125	64,50	47	0,4	0,4	3,8	35	0,6	7	15	0,03	0,02	33	4	0,15	
	Булочка "Васюшка"	30	22,00	137	6,4	7,5	24,7	38,6	0,1	10,1	62	0,07	0,06	5	0	0,64	
	Итого полдник	355	120,00	259	7,7	7,9	33,3	110	1,2	25	110	0,12	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	0,02	0,06	30	2	0,2	
	Фрукты свежие (банан), 1 шт.	125	64,50	47	0,4	0,4	3,8	35	0,6	7	11	0,03	0,02	35	4	0,16	
	Булочка "Васюшка"	30	22,00	137	7,7	8,8	29,5	48,3	0,7	15,1	76	0,09	0,07	25	1	0,6	
	Итого полдник	375	120,00	259	9	9,2	38,3	120	1,8	30	120	0,14	0,1	90	7	3,96	
Итого день 7-11 лет		1680	430	1645	23,9	25,3	134,3	775	8,4	175	770	0,88	0,98	490	42	7	
Итого день 12-18 лет		1900	430	1869	65	64,4	258,1	840	12,6	210	840	0,58	1,1	690	49	9,28	

Заведующий производством

Подпись

Калькулятор

Подпись

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ на 30.05.2025 год

Согласовано
Директор

Денежкин

Утверждено

Генеральный директор АО "Комбинат питания"

Ильина И.Н.

ИНН 273309714

Вариант № 8

Неделя: Вторая

Период подачи завтрака	Наименование блюда	Вс. блюда	Цена	Энергетическая ценность	Средние значения			Минеральная вода, мл				Витаминизация, мг				
					Белок	Жиры	Углеводы	С	Р	НН	В	Вит. А	Вит. В	Вит. С	Вит. Е	
Завтрак 7-11 лет																
9:30-10:30	Плов из птицы, огурец, соевый (01.11-01.04), огурец свежий (с 01.09-01.11; 01.04-31.05) 250/30	270	107,77	408,6	15,17	19,25	90,5	249,5	2,94	44,6	227,1	2,25	0,23	375	12,17	1,85
	Чай с сахаром, лимон 200/5	205	5,93	62	0,13	0,02	15,2	15,2	0,06	2,9	5,4	0	0	2	2,83	0
	Хлеб пшеничный Яодированный	50	6,30	116,9	3,96	0,2	16,06	11,5	0,25	39,5	49,5	1,15	0,14	2	0	1,43
Итого завтрак				123,52	19,38	19,27	105,7	264,7	3,25	47,5	232,5	2,25	0,23	377	12	1,85
Завтрак 12-18 лет																
10:30-11:30	Плов из птицы, огурец, соевый (01.11-01.04), огурец свежий (с 01.09-01.11; 01.04-31.05) 250/30	280	108,37	424,9	15,84	20,82	94,06	279,3	3,05	49,34	240,7	2,28	0,3	235	14,07	1,6
	Чай с сахаром, лимон 200/5	205	5,93	62	0,13	0,02	15,2	15,2	0,06	2,9	5,4	0	0	2	2,83	0
	Хлеб пшеничный Яодированный	70	8,82	193,1	5,55	0,16	25,47	12,5	0,29	39,54	60,5	1,32	0,1	0	0	1,93
Итого завтрак				124,32	18,5	20,84	109,73	297	3,4	51,78	246,1	2,28	0,3	237	14,07	1,6
Обед 7-11 лет																
13:30-14:30	Винегрет овощной	60	17,63	61,34	2,9	2,9	1,2	23,2	1,5	2,5	25	0,02	0,02	35	3	0,5
	Суп из овощей	200	13,10	102,1	4,2	3	14,47	142,2	2,4	7,9	82,8	0,10	0,04	48	11	0,4
	Жаркое по-домашнему	200	132,89	367,2	18,62	21,12	97,5	181,25	1,4	25,4	189	0,3	0,32	122	7,2	1,27
21:0	Напиток Брусничный	200	20,08	196,3	1,16	2,9	47,2	25,84	0,75	35	46	0,02	0,02	0	0,8	0,2
	Хлеб пшеничный Яодированный	20	2,52	66,76	1,53	0,2	3,88	4,8	0,12	8,8	11,6	0,03	0,01	0	2	0,26
	Хлеб ржаной	30	3,78	69	2,33	0,33	3,12	6,3	0,06	7,5	11,6	0,04	0,02	0	3	0,27
Итого обед				140,34	18,91	22,85	117,25	246	4,3	80,2	185	0,17	0,09	245	11	1,5
Обед 12-18 лет																
13:30-14:30	Винегрет овощной	100	29,39	94,8	5,2	5,2	2,22	34,2	1,86	4,25	25	0,03	0,03	112	5	0,2
	Суп из овощей	250	16,36	153,47	5,72	5,25	16,67	161,19	0,41	9,35	62,9	0,06	0,1	89	10,5	0,4
	Жаркое по-домашнему	200	132,89	367,2	18,62	21,12	97,5	181,25	1,4	25,4	189	0,3	0,32	122	7,2	1,27
21:0	Напиток Брусничный	200	20,08	196,3	1,16	2,9	47,2	25,84	0,75	35	46	0,02	0,02	0	0,8	0,2
	Хлеб пшеничный Яодированный	50	3,78	76,23	2,47	0,2	15,44	7,15	0,33	2,5	26,1	0,05	0,15	0	2	0,46
	Хлеб ржаной	50	6,30	115	3,44	0,55	16,2	11,5	0,55	17,25	35	0,06	0,14	0	2	0,45
Итого обед				206,52	24,14	32,2	134,66	423	6,2	105	427	0,14	0,16	215	14,5	1,34
Полдник 7-11 лет																
	Кисло-молочная продукция в т/п(Биофильф фруктовый)	200	48,00	102	5,5	5,2	7,1	75	0,4	15,5	72	0,33	0,1	22	1,4	0,2
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт	125	30,00	47	0,4	0,1	4,8	36	0,2	7	21	0,33	0,12	35	4,6	0,14
	Пирожное "Медовое"	30	42,00	86	1,8	2,5	22,6	2	0,4	8	1,7	0,11	0,12	3	0	0,24
Итого полдник				235	7,7	7,9	34,5	113	1,2	30	116	0,12	0,14	70	6	0,48
Полдник 12-18 лет																
	Кисло-молочная продукция в т/п(Биофильф фруктовый)	200	48,00	102	5,5	5,2	7,1	75	0,4	15,5	72	0,33	0,1	22	1,4	0,2
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт	125	30,00	47	0,4	0,1	4,8	36	0,2	7	21	0,33	0,12	35	4,6	0,14
	Пирожное "Медовое"	30	42,00	86	1,8	2,5	22,6	2	0,4	8	1,7	0,11	0,12	3	0	0,24
Итого полдник				235	7,7	7,9	34,5	113	1,2	30	116	0,12	0,14	70	6	0,48
Итого день 7-11 лет				1590	430	1849	59,5	59,5	199,5	71	275	3,84	0,58	497	42	3,7
Итого день 12-18 лет				1760	430	1904	65	64,4	199,1	205	340	3,78	1,1	597	44	4,47

Секция питания

Итого

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ на 21.05.2025 год

Согласовано

Директор

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

Надпись: Второе

День: Среда

Вариант № 5

Порядковый номер блюда	Наименование Блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Различные вещества			Минеральные вещества, мг				Витамины, мг				
					Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	Аскорби- н (г/г)	C	E
Завтрак 7-11 лет																
292/200	Пшеница тушеная с овощами в соусе сметанном с томатом 90/10	100	66,00	110,2	6,42	8,08	5,1	118,1	0,25	13,1	85,89	0,1	0,15	108	12,3	1,5
52	Макаронные изделия отварные, масло сливочное 130/5	155	23,33	235,3	5,1	10,3	34,2	12	0,2	4,34	34,5	0,08	0,08	72	1,37	0,35
101	Каша с молоком	200	27,13	125,1	3,78	0,67	26	133,3	2	25,36	112,11	0,04	0,04	0	1,33	0
	Хлеб пшеничный Бодифлексный	50	6,30	113,3	5,55	0,5	18,85	11,5	0,55	15,1	41,1	0,08	0,08	0	0	0,83
Итого расчетная стоимость				121,82												
Итого завтрак		505	120	587,5	16,25	19,75	85,75	273	5	62,5	275	0,3	0,35	178	15	2,5
Завтрак 12-18 лет																
292/200	Пшеница тушеная с овощами в соусе сметанном с томатом 100/10	110	71	118,2	7,26	8,59	5,54	108	0,5	9,1	85,8	0,1	0,15	101	10,3	0,5
52	Макаронные изделия отварные, масло сливочное, 180/5	185	25,04	251,5	5,93	11,58	38,52	46	0,11	11,8	38,3	0,12	0,16	123,5	1,87	1,35
101	Каша с молоком	200	27,13	125,1	3,78	0,67	26	133,3	2	25,36	112,11	0,04	0,04	0	1,33	0
	Хлеб пшеничный Бодифлексный	70	8,82	153,1	5,53	2,16	25,67	17,5	1,89	28,54	10,5	0,09	0,05	0	0	0,31
Итого расчетная стоимость				132,95												
Итого завтрак		355	120	680	23,5	23	95,75	299,8	4,5	75	300,11	0,36	0,4	224,5	17,3	1,35
Обед 7-11 лет																
149	Салат из стручковой фасоли	60	29,1	31,34	0,5	0,06	9,27	13	0,3	8,5	24	0,02	0,05	25	2	0,6
37	Борщ с капустой и картофелем	250	19,19	162,1	3,1	4,2	11,3	90,6	0,34	13,1	79,6	0,07	0,09	34	1,3	1,52
64/101	Котлета рыбная в сметанном соусе, 90/10	130	55,89	212	16,29	13,4	18,5	147	1,01	20,5	141,8	0,12	0,06	41	0,4	0,6
53	Пюре картофельное	150	25,7	212,8	5,1	8,16	38	101,6	0,8	17,4	87	0,1	0,2	95	0,8	0,15
105	Напиток на основе ананасов	200	15,82	88,2	0,6	0,1	20,8	21,3	0,6	3,4	3,4	0,05	0,05	0	16,5	0
	Хлеб пшеничный Бодифлексный	20	2,57	46,76	1,58	0,2	9,66	4,6	0,22	5,6	17,4	0,02	0,01	0	0	0,26
	Хлеб ржаной	30	3,78	69	1,68	0,13	9,71	6,9	0,33	7,5	31,8	0,04	0,03	0	0	0,17
Итого расчетная стоимость				120												
Итого обед		780	130	822,5	26,95	27,65	117,25	385	4,2	87,5	585	0,42	0,49	245	31	1,5
Обед 12-18 лет																
149	Салат из стручковой фасоли	100	40,52	42,9	2	1,8	8,3	32	0,4	8,85	24	0,03	0,06	0,67	3	0,06
37	Борщ с капустой и картофелем	250	23,99	199,87	3,2	4,2	14,3	99,41	1,38	17,4	79,6	0,08	0,08	36,67	1,8	2,45
64/101	Котлета рыбная в сметанном соусе, 100/10	130	101,2	232	15,78	14,89	15,38	147	1,02	20,9	146,9	0,13	0,1	127,56	0,4	0,3
53	Пюре картофельное	180	30,84	212,8	4,1	10,16	43	101,6	1,02	27,4	87	0,1	0,2	130	2,8	
105	Напиток на основе ананасов	200	13,82	88,2	0,6	0,1	20,8	21,3	0,6	3,4	3,4	0,05	0,05	0	16,5	0
	Хлеб пшеничный Бодифлексный	30	3,78	76,23	2,37	0,1	14,49	7,19	0,33	9,9	26,1	0,03	0,03	0	3	0,39
	Хлеб ржаной	50	6,3	113	5,45	0,55	14,7	11,5	1,35	17,55	53	0,06	0,04	0	3	0,43
Итого расчетная стоимость				270,45												
Итого обед		948	190	865	31,5	32,2	134,05	420	6,3	101	420	0,49	0,6	315	24,5	3,35
Полдник 7-11 лет																
	Сок фруктовый в т/л	200	33,5	75	0,9	0	3	32,6	0,5	7,9	31,6	0,02	0,06	30	2	0,2
	Фрукты свежие (груша)	125	61,5	47	0,4	0,4	3,8	38,8	0,3	7	15,3	0,03	0,03	35	4	0,16
	Ватрушка с творогом	50	25	113	5,4	7,5	24,7	18,5	0,1	20,1	62,1	0,07	0,06	5	0	0,64
Итого полдник		375	120	235	7,7	7,9	33,5	110	1,1	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	3	32,6	0,5	7,9	31,6	0,02	0,06	30	2	0,2
	Фрукты свежие (груша), 1 шт.	125	61,5	47	0,4	0,4	3,8	38,8	0,3	7	15,3	0,03	0,03	35	4	0,16
	Ватрушка с творогом	50	25	117	7,7	8,8	25,5	18,5	0,7	15,1	72,1	0,09	0,02	35	1	0,6
Итого полдник		380	120	259	9	9,2	34,3	110	1,8	30	110	0,14	0,1	80	7	0,96
Итого день 7-11 лет		1690	430	1345	53,3	35,3	234,5	220	8,4	175	770	0,34	0,58	490	42	7
Итого день 12-18 лет		1885	430	1904	63	44,4	264,1	539,8	13,5	210	1840,11	0,98	1,3	629,5	49	8,37

Заведующая производством

Калькулятор

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ на 22.05.2025г

Неделя: Вторая

Согласовано
Директор

День: четверг

Утверждено

Генеральный директор АО "Комбинат питания"

Ильин И.И.

Вариант № 20

Питание по индивидуальным заказам	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Минеральный состав					Витамины, мг				
							Ca	Fe	K	P	B ₁	B ₂	A (сет.2 мкг/кг)	C	E	
Завтрак 7-11 лет																
8/210	Запеканка творожная, молоко сгущенное 200/50	250	197,77	410,6	15,2	15,2	67,7	252	2,47	44,4	129	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	2,6	0	0	0,03	0	0
	Хлеб пшеничный Яодированный	50	8,30	116,9	8,95	0,5	1,05	11,5	0,05	16,3	43,5	0,1	0,04	0	0	0,63
Итого расчетная стоимость			207,90													
Итого завтрак		500	120	587,5	19,3	15,6	81,75	275	1	12,3	275	0,1	0,35	175	15	2,5
Завтрак 12-18 лет																
8/210	Запеканка творожная с молоком сгущенным, 230/50	280	223,85	426,9	16,9	20,6	35,04	276	2,43	45,1	136	0,3	0,35	225	17,5	1,86
97	Чай с сахаром	200	3,83	60	0,07	0,02	15	11,1	0,28	1,4	2,6	0	0	0,03	0	0
	Хлеб пшеничный Яодированный	70	8,82	191,1	5,55	2,16	25,67	12,5	1,89	28,3	60,9	0,1	0,05	0	0	0,91
Итого расчетная стоимость			236,50													
Итого завтрак		550	120	680	22,5	23	95,75	300	4,5	75	300	0,4	0,4	225	17,5	2,77
Обед 7-11 лет																
37	Салат картофельный с огурцами	60	17,13	46,8	1,35	3,35	4,3	24	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	33,72	135,6	8,26	7,01	13,1	61,1	0,2	23,5	122	0,1	0,1	35	1,8	0,8
72	Бефстроганов из мяса 90/10	100	93,5	179,44	9,8	8,2	15,33	194	0,2	9	85	0,1	0,26	110,5	2,6	1,07
54	Рис припущенный	150	17,25	242	3,78	7,78	45,3	67	0,59	11,8	82,3	0	0,05	80	1,5	0,6
150	Компот из свежемороженных ягод (сморородины)	200	23,2	102,9	0,51	0,18	24,84	23,4	1,76	17	23,4	0	0,02	0	13,6	0,2
	Хлеб пшеничный Яодированный	20	2,51	46,76	1,38	0,2	9,56	4,5	0,22	6,6	17,4	0	0,03	0	0	0,26
	Хлеб ржаной	30	3,78	69	1,68	0,33	0,72	6,5	0,53	7,5	31,6	0	0,05	0	0	0,27
Итого расчетная стоимость			156,1													
Итого обед		790	190	822,5	27	27,7	117,25	383	4,2	87,3	345	0,4	0,49	245	21	2,5
Обед 12-18 лет																
37	Салат картофельный с огурцами	100	28,55	46,8	2,33	4,95	4,3	50	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	172,07	8,25	7,24	15,43	71,1	0,2	27	107	0,1	0,21	39	6,8	0,9
72	Бефстроганов из мяса 100/20	120	110,4	210	10,8	8,2	13,1	124	1,57	12	106	0,2	0,2	180	2,6	0,1
54	Рис припущенный	180	20,7	242	3,78	10,8	45,3	127	0,59	11,8	82,3	0,1	0,06	95	0	0,9
150	Компот из свежемороженных ягод (сморородины)	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 Яодированный	30	3,78	76,73	1,17	0,3	14,49	7,13	0,33	9,9	26,1	0	0,05	0	0	0,19
	Хлеб ржаной	50	6,3	115	1,45	0,55	16,2	11,5	1,55	17,4	52	0,1	0,06	0	0	0,45
Итого расчетная стоимость			212,79													
Итого обед		980	190	955	31,3	32,2	174,05	470	5,3	126	420	0,5	0,5	315	24,5	4,76
Полдник 7-11 лет																
	Кисло-молочная продукция в т/п (Биолайф)	250	48	102	3,5	5,2	7,1	73	0,2	13,5	71	0	0,1	32	1,4	0,2
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт	37	47	47	0,4	0,4	2,8	36	0,6	7	21	0	0,02	35	4	0,16
	Пирожное "Бюджетное"	50	35	86	1,8	1,3	22,6	1	0,4	4,5	17	0,1	0,02	3	0,6	0,24
Итого полдник		300	120	235	7,7	7,9	33,5	110	1,2	25	110	0,1	0,14	70	6	1
Полдник 12-18 лет																
	Кисло-молочная продукция в т/п (Биолайф)	250	48	126	5,6	6,5	11,9	83	0,8	18,3	82	0	0,05	52	2,4	0
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт	37	47	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0	0,02	35	4	0,16
	Пирожное "Бюджетное"	50	35	86	1,8	2,3	22,6	1	0,4	4,5	17	0,1	0,02	3	0,6	0,24
Итого полдник		300	120	259	9	9,2	38,5	120	1,8	30	120	0,1	0,1	90	7	0,47
Итого день 7-11 лет		1550	430	1645	51,9	35,3	254,5	770	8,4	175	770	0,6	0,98	420	42	7
Итого день 12-18 лет		1810	430	1904	63	64,4	284,1	840	11,6	210	840	1	1,1	610	40	7,94

Заведующий пищеблоком

Калькулятор

ПРИЛОЖЕНИЕ №1

МЕНЮ на 23.05.2025г

Согласовано
Директор

Директор

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

Вариант № 310/0714

Неделя: Вторая

Порядковый номер рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Цена блюда	Энергетическая ценность блюда	БЖУ на 100 г				Макроэлементы на 100 г, мг				Витамины, мг				
					Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	Аскорб. кислота	C	E	
Завтрак 7-11 лет																	
125/12	Сметанник натуральный с сливочным, желтый порошок консервированный 180/10/ 30	240	151,79	408,6	15,17	19,23	50,5	249,3	2,59	43,5	227,1	0,25	0,31	175	12,17	1,85	
98	Чай с сахаром, лимонный, 200/10	210	8,08	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	41,5	0,03	0,04	0	0	0,65	
Итого расчетная стоимость			166,12														
Итого завтрак		500	120	587,5	19,35	19,75	83,75	275	1	62,5	235	0,3	0,35	175	15	2,5	
Завтрак 12-18 лет																	
125/12	Сметанник натуральный с сливочным, желтый порошок консервированный 210/10/ 50	270	169,51	424,9	16,84	20,82	54,88	279,3	2,25	44,05	234,7	0,25	0,35	125	14,67	1,57	
98	Чай с сахаром, лимонный, 200/10	210	8,01	62	0,13	0,02	15,4	14,2	0,36	2,4	4,4	0	0	0	2,83	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	70	8,82	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			185,36														
Итого завтрак		550	120	680	22,5	23	95,75	300	4,5	75	300	0,15	0,4	225	17,5	2,47	
Обед 7-11 лет																	
152	Салат картофельный с кукурузой и морковью	60	19,33	57,34	1,1	2,7	6,5	26,23	0,5	13	21	0,03	0,03	45	1,3	0,6	
128	Рассольник Ленинградский	200	24,84	116,5	8,16	9,19	15,3	115,4	0,21	23	44,4	0,15	0,2	34	1,3	1,17	
22/201	Птица запеченная, соус сливочный 90/10	100	103,4	259	10,66	10,91	54,22	146,9	0,49	2,75	177,9	0,05	0,06	145	0,95	0,85	
60	Наша рассольчатая (гречневая)	150	15,09	171	3,25	4,14	6,01	40,57	0,15	17,65	69,13	0,07	0,09	20	0,9	0,15	
115	Салат фруктовый	200	21,34	102,9	0,52	0,18	24,84	43,4	1,3	17	23,4	0,02	0,02	0	15,33	0,2	
	Хлеб пшеничный йодированный	20	2,52	46,76	1,38	0,2	9,66	4,6	0,22	6,5	17,4	0,03	0,04	0	0	0,26	
	Хлеб ржаной	30	3,78	69	1,08	0,33	0,72	6,9	0,04	7,5	31,8	0,04	0,03	0	0	0,27	
Итого			190,70														
Итого обед		760	190,00	821,5	26,95	27,65	117,25	385	4,2	87,5	385	0,42	0,48	245	21	3,5	
Обед 12-18 лет																	
152	Салат картофельный с кукурузой и морковью	100	31,88	66	2,2	2,7	6,5	40,1	1,05	10	15,1	0,07	0,1	25	3,3	1,6	
128	Рассольник Ленинградский	250	35,65	174,87	8,45	13,42	11,79	130,34	1,03	30,35	54,4	0,15	0,2	67	2,8	1,4	
22/201	Птица запеченная, соус сливочный 100/10	110	113,08	259	10,66	10,91	54,12	146,9	0,49	2,75	177,9	0,05	0,06	145	0,95	0,85	
60	Наша рассольчатая (гречневая)	180	18,11	171	3,25	4,14	6,01	40,57	0,15	17,65	69,13	0,07	0,09	20	0,9	0,15	
115	Салат фруктовый	200	21,34	102,9	0,52	0,18	24,84	43,4	1,3	17	23,4	0,02	0,02	0	15,33	0,2	
	Хлеб пшеничный йодированный	30	3,78	76,23	2,37	0,3	14,49	7,19	0,33	9,5	26,1	0,03	0,05	0	0	0,39	
	Хлеб ржаной	50	6,10	115	3,45	0,55	16,2	11,5	1,55	17,35	35	0,06	0,06	0	0	0,45	
Итого расчетная стоимость			220,04														
Итого обед		885	190	965	31,5	32,7	134,05	420	5,3	105	420	0,48	0,6	315	24,5	5,34	
Полдник 7-11 лет																	
	Молочко кипяченое или молоко в т/п	200	42,00	75	0,3	0	5	35,4	0,5	7,9	35,9	0,07	0,05	30	2	0,2	
	Фрукты свежие (апельсин), 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	
	Булочки с крошкой	50	25,00	113	6,4	7,5	14,7	38,8	0,1	10,1	64,1	0,07	0,06	5	0	0,54	
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																	
	Молочко кипяченое или молоко в т/п	200	42,00	99	2,2	1,3	9,8	48	1,1	12,2	42,4	0,04	0,02	47	3	0,2	
	Фрукты свежие (апельсин), 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	
	Булочки с крошкой	50	25,00	113	6,4	7,5	14,7	36	0,1	10,8	66,4	0,07	0,06	5	0	0,5	
Итого полдник		375	120	259	9	9,2	38,3	120	1,8	30	120	0,14	0,1	90	7	0,95	
Итого день 7-11 лет		1875	430	1645	55,9	55,3	234,5	770	8,4	175	770	0,84	0,99	490	42	7	
Итого день 12-18 лет		1810	410	1904	63	64,4	265,1	840	17,5	110	840	0,98	1,1	590	49	8,71	

Заведующий производством

Администратор

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!