

МЕНЮ на 20.05.2024 год

Согласовано
Директор

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

Неделя: Вторая

День: понедельник

Вариант № 7
ИНН 2723009714

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Минеральные				Витамины, мг				
					Белки	Жиры	Углев. оды	Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	A(рет.эк в/сут)	C	E
Завтрак 7-11 лет																
	Каша молочная с крупой пшеничной, масло сливочное, 250/5	255	43,01	186,84	6,52	4,78	37,02	180	0,85	11,9	20	0,2	0,27	35	8,5	1,01
	Сыр порциями	10	9,60	65,72	0,1	7,2	0,13	2,4	0	0	3	0	0	40	5	0,1
	Яйцо вареное	50	21,78	62,84	5,08	4,6	0,28	22	1	4,8	77	0	0,02	100	0	0,24
	Кофейный напиток с молоком	200	21,41	155,2	3,6	2,67	28,27	58,7	0,6	29,3	132	0	0,02	0	1,5	0,5
	Хлеб пшеничный йодированный	50	5,70	116,9	3,95	0,5	18,05	11,5	0,55	16,5	44	0,1	0,04	0	0	0,65
Итого расчетная стоимость		101,50														
Итого завтрак		565	100,00	587,5	19,25	19,75	83,75	275	3	62,5	275	0,3	0,35	175	15	2,5
Завтрак 12-18 лет																
	Каша молочная с крупой пшеничной, масло сливочное, 250/10	260	49,17	174,19	7,08	4,9	41	204	1,01	12,3	26	0,2	0,31	75,9	14	0,3
	Сыр порциями	15	14,40	94,67	1,21	8,67	0,53	3	0	0	4	0	0	79,1	2,3	0,1
	Яйцо вареное	50	21,78	62,84	5,08	4,6	0,28	22	1	4,8	77	0	0,02	100	0	0,24
	Кофейный напиток с молоком	200	21,41	155,2	3,6	2,67	28,27	58,7	0,6	29,3	132	0	0,02	0	1,5	0
	Хлеб пшеничный йодированный	70	7,98	193,1	5,53	2,16	25,67	12,5	1,89	28,5	61	0,1	0,05	0	0	0,91
Итого расчетная стоимость		114,74														
Итого завтрак		595	100	680	22,5	23	95,75	300	4,5	75	300	0,4	0,4	255	18	1,55
Обед 7-11 лет																
	Салат из квашенной капусты	60	29,87	6	0,6	0,06	0,9	12	0	7,7	13	0,1	0,06	20	1,8	1,1
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	13,65	180,24	7,3	6,3	26,46	97,3	0,2	14,9	147	0,1	0,19	83	0,5	0,3
	Гуляш мясной	100	103,35	234,7	11,84	16,57	36,9	191	1,8	15,7	85	0,1	0,02	122	0,1	0,33
	Каша рассыпчатая гречневая	150	13,36	171	3,25	4,14	6,01	40,6	0,55	17,7	69	0,1	0,09	20	0,9	1,24
	Компот из плодов и ягод сушеных (курага)	200	17,46	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	2,28	46,76	1,58	0,2	9,66	4,6	0,22	6,6	17	0	0,05	0	0	0,26
	Хлеб ржаной	30	3,42	69	1,68	0,33	9,72	6,9	0,93	7,5	32	0	0,05	0	0	0,27
Итого расчетная стоимость		183,39														
Итого обед		760	160	822,5	26,95	27,65	117,3	385	4,2	87,5	385	0,4	0,49	245	21	3,5
Обед 12-18 лет																
	Салат из квашенной капусты	100	49,78	6	0,61	0,06	0,9	12	0	7,7	13	0,1	0,06	0	1,8	2,7
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	17,06	283,1	7,46	6,62	30,95	193	0,8	21,2	144	0,2	0,29	113	0,5	0,3
	Гуляш мясной	120	124,02	254,7	12,66	18,89	36,9	127	2,33	16,7	93	0,1	0,02	142	0,1	0,33
	Каша рассыпчатая гречневая	180	16,03	115,17	4,25	5,73	7,01	36,7	0,79	14,7	69	0,1	0,09	60	4,4	1,6
	Компот из плодов и ягод сушеных (курага)	200	17,46	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	3,42	76,23	2,37	0,3	14,49	7,19	0,33	9,9	26	0	0,05	0	0	0,39
	Хлеб ржаной	50	5,7	115	3,45	0,55	16,2	11,5	1,55	17,4	53	0,1	0,06	0	0	0,45
Итого расчетная стоимость		233,47														
Итого обед		930	160	930	31,5	32,2	134,1	420	6,3	105	420	0,5	0,6	315	25	5,77
Полдник 7-11 лет																
	Сок фруктовый, т/п	200	28,00	75	0,9	0	5	35,4	0,5	7,9	33	0	0,06	30	2	0,2
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт.	125	52,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	15	0	0,02	35	4	0,16
	Булочка "Веснушка"	30	20,00	113	6,4	7,5	24,7	38,6	0,1	10,1	62	0,1	0,06	5	0	0,64
Итого полдник		355	100,00	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/п	200	28,00	75	0,9	0	5	35,4	0,5	7,9	33	0	0,06	30	2	0,2
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт.	125	52,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	11	0	0,02	35	4	0,16
	Булочка "Веснушка"	50	20,00	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	100,00	259	9	9,2	38,3	120	1,8	30	120	0,1	0,1	90	7	0,96
Итого день 7-11 лет		1680	360	1645	53,9	55,3	234,5	770	8,4	175	770	0,8	0,98	490	42	7
Итого день 12-18 лет		1900	360	1869	63	64,4	268,1	840	12,6	210	840	1	1,1	660	49	8,28

Заведующая производством

Калькулятор

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!