

МЕНЮ НА 21.04.2025г

Надлежа: Первая

Дата: Понедельник

Формат № 1

Поряд. № блюда	Наименование Блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Составляющие					Максимальная энергетическая ценность					Витамины, мг		
					Белки	Жиры	Углеводы	Св	Рв	Мв	Бв	Рв	Мв	С	Р	В	
Завтрак 7-11 лет																	
1	Каша овсяная молочная с крупой рисовой, масло сливочное 250/5	255	50,45	216,90	6,04	9,78	35,25	40,1	0,05	18,74	57,39	0,2	0,05	54	10,53	10,9	
2	Яйцо вареное	50	23,22	62,84	5,08	4,6	0,06	85	0,1	4,7	55	0,03	0,18	95	2,8	2,45	
3	Сыр порционный	10	12,84	65,72	0,1	2,2	0,12	2,4	0	3	3	0		40	2	0,3	
101	Нанко с молоком	200	27,19	135,11	4,76	0,67	26	184	2	25,56	111,11	3,31	0,03	26	1,19	0,5	
	Хлеб пшеничный Яодированный	50	6,30	116,9	3,25	0,4	18,75	11,5	0,05	74,9	43,5	0,35	0,04	3	0	0,05	
Итого завтрак стоимость			128,05														
Итого завтрак		565	120	587,5	23,25	16,75	64,16	275	3	64,9	275	0,3	0,35	179	15	1,45	
Ланч 12-16 лет																	
1	Каша овсяная молочная с крупой рисовой, масло сливочное 250/10	260	52,45	204,28	6,9	9,9	43,27	55,5	0,01	17,2	72,06	0,21	0,18	30,9	14,12	0,3	
2	Яйцо вареное	50	23,22	62,84	5,08	4,6	0,06	85	0,1	4,7	55	0,03	0,18	26	0,3	0,14	
3	Сыр порционный	15	17,69	94,67	1,21	2,2	0,12	3	0	0	4	0		72,1	2,26	0,1	
100	Нанко с молоком	200	27,19	125,11	4,76	0,67	26	184	2	25,56	111,11	0,02	0,01	26	1,33	0	
	Хлеб пшеничный Яодированный	70	8,82	193,1	5,53	0,74	25,87	12,5	1,84	38,94	60,5	0,04	0,05	0	0	0,01	
Итого ланч стоимость			124,47														
Итого ланч		595	120	680	22,5	14	89,76	303	4,5	79	306	0,25	0,4	125	17,5	1,46	
Обед 17-19 лет																	
142/117	Салат из огурцов (с 01.11-01.03.огурец соленый), (огурец соленый с 01.09-01.11 с 01.04-31.05.1	60	24,50	8	0,8	0,05	0,9	24,9	3	7,7	14	0,06	0,05	24	1,8	0,1	
50	Суп картофельный с крупой (перловой) и рыбной консервой (горбуша) 200/30	230	32,72	94,4	1,4	4	10,2	118,9	0,7	17,7	82,4	0,05	0,04	45	10,5	0,5	
96/201	Птица, тушеная в сметанном соусе 50/10	100	91,68	285,84	15,59	17,31	27,57	181,4	1,75	32,4	154	0,16	0,25	96,4	0,1	0,32	
50	Макаронные изделия отварные	150	13,56	225,7	5,4	0,7	91,9	12,1	0,8	9,1	67,5	0,05	0,16	88,0	0	1,84	
115	Сок фруктовый	200	21,24	114,8	0,7	0,05	27,6	42,4	0,5	17,5	21,6	0,01	0,03	0	8,6	0,4	
	Хлеб пшеничный Яодированный	20	2,52	46,76	1,26	0,2	9,96	4,5	0,32	8,9	17,4	0,02	0,01	0	0	0,26	
	Хлеб ржаной	30	3,78	69	1,89	0,35	0,72	6,9	0,99	7,5	31,8	0,14	0,04	0	0	0,27	
Итого обед стоимость			191,31														
Итого обед		790	190	822,5	26,55	27,65	117,24	385	4,3	67,4	385	0,42	0,48	245	31	4,5	
Обед 12-18 лет																	
142/117	Салат из огурцов (с 01.11-01.03.огурец соленый), (огурец соленый с 01.09-01.11 с 01.04-31.05.1	100	38,49	15	1,2	0,12	1,6	24	0	4,5	16	0,12	0,12	24	9,8	1,0	
50	Суп картофельный с крупой (перловой) и рыбной консервой (горбуша) 250/30	280	35,36	129,21	1,6	6,07	6,56	170,77	1,75	25,4	66,19	0,04	0,05	15,11	10,3	0,5	
96/201	Птица, тушеная в сметанном соусе 100/10	110	100,57	265,84	15,53	17,31	27,57	181,5	1,05	32,1	159	0,16	0,25	99,4	0,1	0,34	
50	Макаронные изделия отварные	180	16,27	248,92	5,58	7	37,4	51,46	1,05	12,55	81,76	0,05	0,26	121,86	0	1,35	
115	Сок фруктовый	200	21,24	114,8	0,7	0,05	27,6	42,3	0,5	17,5	21,6	0,01	0,03	0	8,6	0,4	
	Хлеб пшеничный Яодированный	30	3,78	74,73	2,97	0,3	19,49	7,14	0,35	8,9	24,1	0,03	0,05	0	0	0,29	
	Хлеб ржаной	50	6,30	115	3,45	0,55	18,7	11,5	1,35	17,06	55	0,35	0,06	0	0	0,25	
Итого обед стоимость			221,31														
Итого обед		950	190	985	41,6	32,2	134,35	420	9,9	105	433	0,56	0,6	249,67	29,9	5,32	
Полдник 17-19 лет																	
	Молоко кипяченое или молоко в у/п	200	42,00	75	3,9	0	5	48	0,5	7,2	42,6	0,02	0,30	27	9,3	0,3	
	Фрукты свежие (яблоко)	1шт	46,00	47	0,4	0,4	4,9	55,4	0,6	7	27	0,03	0,06	26	2,6	0,16	
	Напиток творожный	50	32,00	113	0,4	2,5	14,7	35,5	0,1	16,9	55,4	0,07	0,06	16	3,1	0,45	
Итого полдник		250	120,00	235	7,7	2,9	24,6	139	1,2	31	135	0,12	0,44	70	6	1	
Полдник 12-18 лет																	
	Молоко кипяченое или молоко в у/п	200	42,00	99	3,3	1,5	5,6	48	1,1	12,2	42,6	0,04	0,17	47	4,3	0,7	
	Фрукты свежие (яблоко)	1шт	46,00	47	0,4	0,4	4,9	55,4	0,5	7	27	0,03	0,06	26	2,6	0,15	
	Напиток творожный	50	32,00	113	0,4	2,5	14,7	35,5	0,1	16,9	55,4	0,07	0,06	16	0,3	1,3	
Итого полдник		250	120,00	259	9	4,3	25,2	139	1,6	26	125	0,14	0,24	90	7	1,96	
Итого день 17-19 лет		1605	430	1645	53,8	35,9	249,4	775	8,4	279	770	0,94	0,96	483	42	7	
Итого день 12-18 лет		1755	430	1904	65	64,4	286,1	843	13,6	310	895	0,95	1,1	528,67	49	6,73	

Инженер по качеству

Инженер

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ НА 22.04.2025г

Наименование

Дневное меню

Безопасность

Почасовая таблица №	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Питательная ценность			Энергетическая ценность, ккал	Минеральный состав, мг			Витамины, мг			С	Е	
				Белки	Жиры	Углеводы		Ca	Fe	Mg	В1	В2	В6			
Вариант 7-11 лет																
11/100	Тиффли мясные в соусе сметанном с томатами 90/30	120	75,10	6,8	3,7	13,77	160	125,4	0,2	10	88,4	0,05	0,1	188,8	14	1,3
05	Язык рассытный гречневый, масло сливочное 150/5	155	35,86	8,45	11,84	48,82	250,6	117	1,81	45,6	240,4	0,1	0,12	41,1	3,97	0,55
07	Чай с сахаром	200	3,83	0,07	0,02	15	60	11,1	0,08	1,4	2,8	0	0	0	3,35	3
	Хлеб пшеничный водородный	50	6,30	4,85	0,5	18,08	115,9	11,5	0,35	38,5	48,8	0,05	0,01	0	0	0,46
Итого расчетная стоимость			120,29													
Итого за день		525	120	18,78	14,76	81,75	587,5	278	4	62,5	275	3,8	3,46	275	35	2,8
Вариант 12-18 лет																
11/100	Тиффли мясные в соусе сметанном с томатами 100/50	150	78,14	8,4	8,64	12,4	180	151,6	0,35	2,8	85,4	0,05	0,07	118,46	12,97	1,3
05	Язык рассытный гречневый, масло сливочное 180/5	190	35,55	8,4	16,88	42,76	246,9	124,8	1,85	16,51	143	0,1	0,18	105,55	3	0,1
07	Чай с сахаром	200	3,83	0,07	0,02	15	60	11,1	0,08	1,4	2,8	0	0	0	0,08	0
	Хлеб пшеничный водородный	70	8,82	5,51	2,38	18,87	193,1	11,5	1,08	18,65	62,8	0,09	0,05	0	0	0,62
Итого расчетная стоимость			128,86													
Итого за день		610	120	21,4	24	95,75	680	302	4,5	75	330	0,86	3,8	215	17,5	1,43
Вариант 7-11 лет																
140	Салат из белокочанной капусты с вареным горошком	60	17,48	0,8	2	3,9	36,8	34	0,8	9,6	17	0,02	0,01	26	3,4	1,1
40	Суп картофельный с крупой (рис), с мясным фаршем 200/10	210	25,53	1,5	9,2	19,8	114,8	63,6	0,55	18,8	57,6	0,07	0,1	38	4,8	0,7
120	Подарок на рыбы	120	101,97	17,49	24,1	30,5	314,46	188	0,8	21,4	156,8	0,1	0,17	96	3,1	1,02
80	Пюре картофельное, масло сливочное 150/5	155	34,47	4,1	1,52	17,17	152,48	81,4	0,3	27,4	101	0,1	0,1	139	1,8	0,16
200	Напиток на плодах цитрусовых	200	13,82	0,8	0,4	30,8	88,2	21,3	0,8	4,4	3,4	0,07	0,08	0	10	3
	Хлеб пшеничный водородный	30	2,52	1,88	0,2	8,65	46,79	4,8	0,21	6,6	17,4	0,03	0,01	0	0	0,26
	Хлеб ржаной	50	3,78	1,48	0,23	9,72	65	8,8	0,23	7,5	11,8	0,04	0,04	0	0	0,27
Итого расчетная стоимость			179,17													
Итого за день		755	160	25,26	37,85	117,26	822,5	382	4,3	87,8	486	0,42	0,45	246	21	2,5
Вариант 12-18 лет																
140	Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	100	29,14	1,4	3	3,3	39,8	94	0,9	5,8	27	0,03	0,04	76	8,2	1,5
40	Суп картофельный с крупой (рис), с мясным фаршем 250/20	270	43,01	3,31	6,87	18,28	164,8	74,5	3,8	16,77	62,7	0,05	0,08	0	2,8	1,18
120	Подарок на рыбы	120	101,97	17,49	24,1	30,5	314,46	188	0,8	21,4	156,8	0,1	0,17	96	3,1	1,02
80	Пюре картофельное, масло сливочное 180/5	185	39,61	4,88	0,08	30,01	189,51	89,91	1,82	24,58	187	0,18	0,18	180	0,4	0,15
100	Напиток на плодах цитрусовых	200	13,82	0,8	0,8	32,8	88,2	21,3	0,8	4,4	4,4	0,07	0,05	0	10	0
	Хлеб пшеничный водородный	30	5,78	1,81	0,2	14,49	75,23	7,18	0,44	9,9	25,1	0,03	0,03	0	3	0,39
	Хлеб ржаной	50	6,3	4,05	0,35	16,2	115	11,5	1,55	17,95	95	0,06	0,06	0	3	0,48
Итого расчетная стоимость			177,83													
Итого за день		955	190	31,8	42,2	147,05	935	403	8,4	126	420	0,49	0,8	416	24,5	5,79
Вариант 7-11 лет																
	Кисло-молочная продукция в т/л	200	48,00	5,8	4,7	1,3	102	73	1,4	16,4	72	0,02	0,08	87	2	1,2
	Фрукты свежие (банан)	1шт	47,00	0,4	3,9	1,6	47	88	0,6	7	21	0,08	0,03	25	4	0,16
	Витрушка с творогом	50	25,00	1,6	2,3	22,8	86	1	0,3	4,5	17	0,03	0,04	5	0	0,46
Итого за день		250	120	7,7	7,8	44,5	235	110	1,7	28	113	0,12	0,14	117	6	1
Вариант 12-18 лет																
	Кисло-молочная продукция в т/л	200	48,00	5,8	5,2	7,1	102	78	0,4	17,8	72	0,33	0,05	52	1,8	0
	Фрукты свежие (банан)	1шт	47,00	0,4	0,4	8,8	47	86	0,8	7	21	0,33	0,02	88	4	0,16
	Витрушка с творогом	55	25,00	8,2	2,6	27,4	110	11	0,8	8,5	37	0,08	0,03	29	1,8	0,28
Итого за день		255	120	9	9,7	44,2	259	113	1,9	30	110	0,34	0,1	169	7	0,42
Итого за день 7-11 лет		1570	430	54,9	55,3	214,5	1645	776	8,4	175	770	0,81	0,98	856	83	7
Итого за день 12-18 лет		1820	430	88	64,4	268,2	1904	822	12,6	123	840	0,88	1,1	616	49	2,92

Заказчик: администрация

Подпись

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ № 23.04.2023г

Надоева: Перевя

День: среда

Примечание к рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Макроэлементы					Витамины, мг			
				Белки	Жиры	Углеводы		Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	A(ретинол, мкг)	C	E
Завтрак 7-11 лет																
51	Мюсли с сыром, масло сливочное 150/5	155	32,18	4,15	12,68	28,3	16,49	118	0,95	12,34	32,89	0,14	0,17	36	8,7	0,35
	Кисло-молочная продукция (гроздьки фруктовой)	100	74,23	7,4	5,9	11,5	129	12,1	0,3	8,1	37,5	0,07	0,05	115	5	1,5
105	Кофейный напиток с молоком	200	24,53	3,78	0,67	26	125,11	133	1,2	25,56	111,1	0,02	0,04	24	1,3	0
	Хлеб пшеничный гидролизный	50	6,30	3,95	0,5	18,05	116,9	11,5	0,55	16,5	43,5	0,07	0,09	0	0	0,65
Итого расчетная стоимость				137,24												
Итого завтрак		505	120	19,78	19,75	85,75	587,5	275	3	62,5	175	0,3	0,35	175	15	2,5
Завтрак 12-18 лет																
51	Мюсли с сыром, масло сливочное 180/5	185	38,86	5,61	14,27	32,58	231,79	28	0,85	6,64	36,89	0,11	0,14	89,1	5,25	0,4
	Кисло-молочная продукция (гроздьки фруктовой)	100	74,23	7,4	5,9	11,5	129	131	0,56	11,26	31,1	0,13	0,17	111,3	10,95	0,95
105	Кофейный напиток с молоком	200	24,53	3,78	0,67	26	125,11	133	1,2	25,56	111,1	0,02	0,04	24	1,3	0
	Хлеб пшеничный гидролизный	70	8,82	5,53	2,16	25,67	193,1	12,5	1,88	18,34	60,9	0,09	0,05	0	0	0,91
Итого расчетная стоимость				144,44												
Итого завтрак		555	120	22,52	23	95,63	680	300	4,5	75	300	0,35	0,4	225	17,5	2,26
Обед 7-11 лет																
118	Салат из моркови отварной с курицей	80	15,96	0,7	0,05	6,9	63,4	51	0,4	15,6	31,6	0,1	0,1	25	3,7	0,4
	Борщ с фасолью и картофелем, сметаной 200/10	210	38,65	2,8	4,1	9,3	162,2	83	0,8	2,4	60,6	0,05	0,05	26	5,3	0,97
54	Рис припущенный, масло сливочное 150/5	155	26,02	3,73	7,78	28,3	142	67	0,25	9,3	82,3	0,03	0,05	80	0	0,6
	Печень тушеная в соусе 100/20	120	81,84	15,85	15,1	20,45	206,34	140	0,9	28,7	137,9	0,1	0,15	114	11,3	0,8
115	Сок фруктовый	200	21,24	0,6	0,09	32	132,8	32	0,7	17,4	23,4	0,03	0,02	0	0,7	0,2
	Хлеб пшеничный гидролизный	20	2,52	1,58	0,2	9,66	46,76	4,6	0,22	6,6	17,4	0,07	0,08	0	0	0,26
	Хлеб ржаной	30	3,78	1,68	0,33	9,72	69	6,9	0,93	7,5	31,8	0,04	0,04	0	0	0,27
Итого расчетная стоимость				190												
Итого обед		795	190	26,34	27,65	117,33	822,5	385	4,2	87,5	385	0,42	0,48	245	21	3,3
Обед 12-18 лет																
118	Салат из моркови отварной с курицей	100	26,58	0,7	0,05	4,9	53,4	51,4	0,4	15,6	31,6	0,1	0,1	0	10,7	1,4
	Борщ с фасолью и картофелем, сметаной 250/10	260	42,98	4,75	8,33	9,56	132,7	86,5	1,61	10,82	72,85	0,02	0,07	108	1,8	1,4
54	Рис припущенный, масло сливочное 180/5	185	25,04	3,78	7,78	36,45	249,03	90,8	0,81	5,23	75,35	0,05	0,05	95	0	0,6
	Печень тушеная в соусе 100/20	120	81,84	15,85	15,1	20,45	206,34	140	0,9	28,7	137,9	0,1	0,15	114	11,3	0,8
115	Сок фруктовый	200	21,24	0,6	0,09	32	132,8	32,4	0,7	17,4	23,4	0,03	0,02	0	0,7	0,2
	Хлеб пшеничный гидролизный	30	3,78	2,37	0,3	14,49	76,23	7,19	0,33	9,9	26,1	0,03	0,03	0	0	0,39
	Хлеб ржаной	50	6,3	3,45	0,55	18,2	115	11,5	1,55	17,35	53	0,06	0,06	0	0	0,45
Итого расчетная стоимость				207,78												
Итого обед		945	190	31,5	32,1	134,05	985	420	6,1	105	420	0,45	0,6	315	24,5	5,24
Полдник 7-11 лет																
	Молоко кипяченое или молоко в т/п	200	42,00	0,9	0	5	75	35	0,5	7,9	36,9	0,02	0,06	30	3,9	0,2
	Фрукты свежие (яблоки), 1 шт.	шт	53,00	0,4	0,4	3,8	47	36	0,6	7	21	0,03	0,02	25	3	0,16
	Молоко молочный	50	25,00	6,4	7,5	24,7	113	39	0,1	10,1	52,1	0,07	0,06	15	0,1	0,64
		250	120													
Итого полдник 12-18 лет				7,7												
	Молоко кипяченое или молоко в т/п	200	42,00	1,2	1,3	9,8	99	48	1,1	12,2	47,6	0,04	0,02	47	4,3	0,2
	Фрукты свежие (яблоки), 1 шт.	шт	53,00	0,4	0,4	3,8	47	33,4	0,6	7	21	0,03	0,02	25	2,6	0,16
	Молоко молочный	50	25,00	6,38	7,5	24,7	113	38,6	0,1	10,8	56,4	0,07	0,06	18	0,1	1,2
		250	120	8,98	9,2	38,3	259	120	1,8	10	120	0,14	0,1	80	7	1,56
Итого полдник				1300												
Итого день 7-11 лет				1300												
Итого день 12-18 лет				1750												

Калькулятор

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

24.04.2025г.



Неделя: Первая

День: четверг

Вариант № 4

Прием пищи № рецептур	Наименование блюда	Вес Блюда	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Минеральные вещества,					Витамины, мг				
				Белки	Жиры	Углеводы		Ca	Fe	Mg	P	K	B1	B2	A(ретинол/сут)	C	E
Завтрак 7-11 лет																	
15/143/28	Плов с мясом,огурец свежий 250/30	270	127,31	15,23	19,23	50,7	410,6	252,4	2,17	61,1	272,2	0,25	0,32	175	14,97	1,85	
	Чай с сахаром, лимоном 200/5	205	5,93	0,07	0,02	15	60	11,1	0,28	1,4	2,8	0	0	0	0,03	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	50	6,30	3,95	0,5	18,05	116,9	11,3	0,35	0	0	0,05	0,03	0	0	0,65	
Итого расчетная стоимость		139,54															
Итого завтрак		525	120	19,25	19,75	83,75	587,5	275	3	62,5	275	0,3	0,35	175	15	2,5	
Завтрак 12-18 лет																	
15/143/28	Плов с мясом,огурец свежий 250/30	280	133,05	16,9	20,32	55,08	426,9	276,4	2,33	45,06	236,3	0,26	0,35	225	17,47	1,8	
	Чай с сахаром, лимоном 200/5	205	5,93	0,07	0,02	15	60	11,1	0,28	1,4	2,8	0	0	0	0,03	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	70	8,82	5,33	2,16	25,67	193,1	12,3	1,89	28,34	60,9	0,09	0,03	0	0	0,91	
Итого расчетная стоимость		147,80															
Итого завтрак		555	120	22,5	23	95,75	680	300	4,5	75	300	0,35	0,4	225	17,5	2,71	
Обед 7-11 лет																	
15/143/28	Салат Здоровье	60	19,32	1,3	2,8	1,7	38,8	54,2	0,5	7,7	25	0,06	0,06	35	5,3	0,4	
	Суп картофельный с бобовыми (горохом)	200	11,68	9,29	3,37	23,2	118,6	84	0,64	16	90	0,12	0,16	21	2,6	0,85	
	Котлета мясная	90	109,96	11,8	10,2	20,17	181,64	73,3	0,61	19	85	0,1	0,1	30,3	2,6	1,06	
	Рагу из овощей	150	23,5	0,6	10,7	25,2	252,9	129,2	0,8	13,2	114,1	0,07	0,1	158,7	7,9	0,26	
	Компот из плодов и ягод сушеных (ягоды)	200	17,24	0,7	0,05	27,6	114,8	32,3	0,5	17,5	21,7	0,01	0,03	0	2,6	0,4	
	Хлеб пшеничный йодированный	20	2,52	1,58	0,2	9,66	46,76	4,6	0,22	6,6	17,4	0,02	0,01	0	0	0,26	
Итого расчетная стоимость		190															
Итого обед		750	190	26,95	27,65	117,25	822,5	385	4,2	87,5	385	0,42	0,49	245	21	3,5	
Обед 12-18 лет																	
15/143/28	Салат Здоровье	100	20,54	2,3	4,8	2,7	58,8	48	0,6	7,7	35	0,06	0,08	65	7,3	1,4	
	Суп картофельный с бобовыми (горохом)	250	12,10	10,28	5,6	25,76	111,94	124	0,84	18,4	100,4	0,16	0,16	0	4,1	1,45	
	Котлета мясная	100	112,93	11,8	10,2	22,1	205,33	73,51	1,68	22,95	92,3	0,1	0,15	54,3	2,6	1,46	
	Рагу из овощей	180	30,60	0,6	10,7	25,2	282,9	123,1	0,8	11,2	91,5	0,07	0,07	195,7	7,9	0,26	
	Компот из плодов и ягод сушеных (ягоды)	200	17,24	0,7	0,05	27,6	114,8	32,3	0,5	17,5	21,7	0,01	0,03	0	2,6	0,4	
	Хлеб пшеничный йодированный	30	3,78	2,37	0,3	14,49	76,23	7,19	0,33	9,9	26,1	0,03	0,05	0	0	0,39	
Итого расчетная стоимость		203,49															
Итого обед		910	190	31,5	32,2	134,05	965	420	6,3	105	420	0,49	0,6	315	24,5	5,81	
Полдник 7-11 лет																	
15/143/28	Несо-молочный продукт в т/п (бифилайф фруктовый)	200	48,00	5,5	5,2	7,1	97,2	73	0,2	10	70	0,08	0,1	37	1,4	0,2	
	Фрукты свежие (яблоко), 3 шт.	1шт	40,00	0,4	0,4	3,8	51,8	36	0,6	7	21	0,03	0,02	30	4	0,16	
	Несо-творожный	50	32,00	3,8	2,3	22,6	86	1	0,4	8	19	0,01	0,02	3	0,6	0,64	
	Итого полдник	250	120	7,7	7,9	33,5	235	110	1,2	25	110	0,12	0,14	70	6	1	
Полдник 12-18 лет																	
15/143/28	Несо-молочный продукт в т/п (бифилайф фруктовый)	200	48,00	5,5	5,2	7,1	102	73	0,4	13,5	72	0,03	0,06	32	1,4	0	
	Фрукты свежие (яблоко), 3 шт.	1шт	40,00	0,4	0,4	3,8	47	36	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4	0,16	
	Несо-творожный	55	32,00	3,1	3,6	27,4	110	11	0,8	9,3	27	0,09	0,02	23	1,6	1,2	
	Итого полдник	255	120,00	9	9,2	38,3	259	120	1,8	30	120	0,14	0,1	90	7	1,36	
Итого день 7-11 лет		1525	430	53,9	55,3	234,5	1645	770	8,4	175	770	0,84	0,88	490	42	7	
Итого день 12-18 лет		1720	430	63	64,4	268,1	1904	840	12,6	210	840	0,98	1,1	630	49	9,88	

Замещающая продукция

Калькулятор

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

25.04.2025г

Неделя: Первая

День: Пятница

Вариант №5

Прием- лищи № рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	Минеральные вещества, мг					Витамины, мг			
				Белки	Жиры	Углеводы		Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	A(ретинол/ сут)	C	E
Завтрак 7-11 лет																
8/210	Запеканка творожная с морковью, яблоко сушеное 200/50	250	148,31	15,23	19,23	50,7	410,6	252,4	2,07	44,6	228,7	0,15	0,27	175	15	1,85
	Хлеб пшеничный йодированный	50	6,90	3,93	0,5	18,05	116,9	11,5	0,65	16,5	43,5	0,15	0,08	0	0	0,65
	97	Чай с сахаром	200	3,83	0,07	0,02	15	60	11,1	0,28	1,4	2,8	0	0	0	0,03
Итого расчетная стоимость			158,64													
Итого завтрак		500	120	19,25	19,75	83,75	587,5	275	3	62,5	275	0,3	0,35	175	15	2,5
Завтрак 12-18 лет																
8/210	Запеканка творожная с морковью, яблоко сушеное 230/50	280	166,99	16,9	20,82	55,08	426,9	276,4	2,33	45,06	236,3	0,26	0,35	225	17,3	1,46
	Хлеб пшеничный йодированный	70	8,62	3,93	1,16	25,67	193,1	12,5	1,89	28,54	60,9	0,05	0,05	0	0	0,91
	97	Чай с сахаром	200	3,83	0,07	0,02	15	60	11,1	0,28	1,4	2,8	0	0	0	0,03
Итого расчетная стоимость			179,64													
Итого завтрак		550	120	22,5	23	95,75	680	300	4,3	75	300	0,33	0,4	225	17,3	2,37
Обед 7-11 лет																
41	Салат картофельный с капустой свежей и кукурузой	60	16,87	0,8	6	4,4	75	28,7	0,4	11,7	26	0,03	0,02	25	5,6	0,87
	Суп картофельный с крупой(гречка),с мясными фрикадельками 200/10	210	25,25	2,1	2,2	22,6	87,2	21,8	0,6	12,1	29,4	0,04	0,05	54	0,3	0,6
	20	Чай с сахаром	105	88,55	14,86	10,34	23,1	192	198,8	1,32	23,8	131	0,18	0,3	106	0,9
56	Рис припущенный с овощами	150	21,48	4,78	7,78	26,27	237,94	90,2	0,6	27,8	172,3	0,07	0,07	80	0	0,6
	Кисель из смородины свиноморозной	200	31,55	1,15	0,8	24,5	114,6	34	0,13	5,5	8,9	0,04	0,01	0	14	0,4
	189	Хлеб пшеничный йодированный	20	2,52	1,58	0,2	9,66	46,76	4,6	0,22	6,6	17,4	0,02	0,01	0	0
Хлеб ржаной		30	3,78	1,68	0,33	9,72	69	6,9	0,93			0,04	0,03	0	0	0,27
Итого расчетная стоимость			190													
Итого обед		775	190	26,95	27,65	117,25	822,5	385	4,2	87,5	385	0,42	0,49	245	21	3,5
Обед 12-18 лет																
41	Салат картофельный с капустой свежей и кукурузой	100	28,13	1,6	8	4,4	75	62	0,5	11,7	46	0,04	0,05	46	2,8	1,3
	Суп картофельный с крупой(гречка),с мясными фрикадельками 250/10	260	27,87	2,55	3,2	12,6	90,17	31,8	0,8	18,17	54,4	0,05	0,06	55	4,33	1,4
	20	Чай с сахаром	125	106,41	15,6	11,57	20,06	222	106,5	2,39	21,5	109,3	0,24	0,27	154	3,37
56	Рис припущенный с овощами	180	25,78	4,78	7,78	41,8	272	167	0,6	20,88	142,3	0,03	0,1	80	0	0,4
	Кисель из смородины свиноморозной	200	31,55	1,15	0,8	24,5	114,6	34	0,13	5,5	8,9	0,04	0,01	0	14	0,4
	189	Хлеб пшеничный йодированный	30	3,78	2,57	0,3	14,49	76,23	7,19	0,33	9,9	26,1	0,03	0,05	0	0
Хлеб ржаной		50	6,3	3,45	0,55	16,2	115	11,5	1,55	17,35	53	0,06	0,06	0	0	0,45
Итого расчетная стоимость			228,62													
Итого обед		945	190	31,5	32,2	134,05	965	420	6,3	105	420	0,49	0,6	315	24,5	4,64
Полдник 7-11 лет																
	Сок фруктовый и т/п	200	33,50	0,9	0	5	75	32,4	0,5	7,9	32,6	0,02	0,06	17	1,94	0,2
	Фрукты свежие (груша), 1 шт.	125	61,50	0,4	0,4	3,8	47	39	0,6	7	25,3	0,03	0,02	35	4	0,16
		Пирожное "Полет"	48	25,00	6,4	7,5	24,7	113	38,6	0,1	10,1	52,1	0,07	0,06	18	0,06
Итого полдник		373	120	7,7	7,9	33,5	235	110	1,2	25	110	0,12	0,14	70	6	1
Полдник 12-18 лет																
	Сок фруктовый и т/п	200	33,50	0,9	0,05	5	75	32,4	0,5	7,9	32,6	0,02	0,06	17	1,94	0,4
	Фрукты свежие (груша), 1 шт.	125	61,50	0,4	0,4	3,8	47	39	0,6	7	25,3	0,03	0,02	35	4	0,16
		Пирожное "Полет"	50	25,00	7,7	8,75	29,3	137	48,7	0,7	15,1	62,1	0,09	0,02	38	1,06
Итого полдник		375	120	9	9,2	38,3	259	120,1	1,8	30	120	0,14	0,1	90	7	1,36
Итого день 7-11 лет		1648	430	53,9	55,3	234,5	1645	770	8,4	175	770	0,84	0,98	490	42	7
Итого день 12-18 лет		1870	430	63	64,4	268,1	1904	840,1	12,6	210	840	0,96	1,1	630	49	8,57

Заведующая производством

Калькулятор

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

