

МЕНЮ НА 23.09.2024г

62



[Handwritten signature]



Неделя: Первая

День: Понедельник

Вариант № 1

Продукт	наименование блюда	№ Блюда	Цена	Запрещено: кол. единиц	Пищевая ценность			Минеральные вещества, мг			Содержание витаминов					
					Белок	Жиры	Углевод. в	Ca	Fe	Mg	В1	В2	В6, В12			
Завтрак 7-11 лет																
	Каша манная молочная с крупной рисовой, масло сливочное 250/5	235	52,33	216,91	5,11	0,74	26,20	40,1	1,15	16,74	0,73	1,1	0,11	50	11,87	1,4
	Яйцо вареное	50	21,78	62,84	1,18	0,5	1,18	40	1,1	1,7	0,1	1,03	0,15	5,4	1,8	1,25
	Сыр порцингин	15	17,34	65,72	0,1	2,2	0,11	2,8	1	1	0	0	0	47	1	0,1
	Яблоко с мякотью	200	22,85	125,11	1,8	0,27	36	199	2	25,85	117,11	0,09	1,01	18	1,44	0,5
	Хлеб пшеничный йодированный	30	5,70	116,9	1,8	0,5	18,05	11,5	3,55	16,0	0,08	1,14	1	0	0,09	
Итого расчетная стоимость			137,95													
	Итого завтрак	570	120	587,5	18,28	1,67	63,75	275	4	22,5	175	1,4	1,15	175	19	2,5
Завтрак 12-16 лет																
	Каша манная молочная с крупной рисовой, масло сливочное 250/5	230	52,33	204,78	4,9	0,4	24,27	32,5	0,93	12,3	0,68	1,04	0,11	33,3	11,37	1,1
	Яйцо вареное	50	21,78	62,84	1,18	0,5	1,18	40	1,1	1,7	0,1	1,03	0,15	5,4	1,8	1,24
	Сыр порцингин	15	17,34	64,67	1,17	0,47	0,11	7	1	1	0	0	0	17,3	2,25	0,1
	Каша с яблоком	200	22,85	125,11	1,8	0,27	36	123	1	25,85	117,11	0,09	1,01	18	1,44	0
	Хлеб пшеничный йодированный	70	7,98	159,1	0,1	1,11	15,81	12,5	1,83	18,94	0,09	1,16	1	0	0,09	
Итого расчетная стоимость			122,57													
	Итого завтрак	595	120	600	21,5	1,4	56,75	300	4,4	75	103	1,44	1,4	175	17,5	1,25
Обед 7-11 лет																
	Салат из огурцов, свеклы (с 01.11-01.03-огурец соевый)(огурец соевый с 01.09-01.11; с 01.03-31.05)	60	24,81	6	0,1	0,06	1,1	46,9	1	2,2	13	0,08	1,25	13	1,8	0,1
	Суп картофельный с крупной (перловой) и рыбной клецкой(горбуша) 200/30	130	35,53	94,4	1,1	4	10,5	119,9	0,7	15,1	94,4	0,06	1,14	14	17,5	1,4
	Птица, тушеная в сметанном соусе	100	87,82	265,84	15,03	11,01	12,1	121,3	1,84	20,8	153	0,16	0,25	90,4	1,1	0,40
	Макаронные изделия отварные	150	10,85	225,7	0,1	3,7	11,5	16,4	0,3	2,1	27,5	0,15	0,36	33,2	1	1,41
	Сок фруктовый (розли)	200	20,20	114,8	0,1	0,05	27,6	0,1	1,5	17,5	21,4	1,01	0,25	0	0,6	0,1
	Хлеб пшеничный йодированный	20	3,28	45,76	1,18	0,7	9,8	4,6	0,21	4,3	17,4	0,09	1,11	1	0	0,11
	Хлеб ржаной	30	3,42	69	1,8	1,10	0,71	6,9	1,22	7,8	11,8	0,04	1,18	1	0	0,11
Итого расчетная стоимость			166,65													
	Итого обед	790	120	822,5	18,28	1,67	117,25	395	6,4	97,5	199	0,94	1,45	149	14	1,9
Обед 12-16 лет																
	Салат из огурцов(с 01.11-01.03-огурец соевый)(огурец соевый с 01.09-01.11; с 01.03-31.05)	100	49,72	15	1	0,11	1,9	10	2	4,3	14	0,12	1,17	14	1,8	1,40
	Суп картофельный с крупной (перловой) и рыбной клецкой(горбуша) 250/30	280	36,89	179,11	1,1	1,87	6,99	112,77	1,78	30,1	25,75	0,06	0,65	75,11	11,3	1,5
	Птица, тушеная в сметанном соусе	100	87,86	265,84	15,03	11,01	12,1	121,3	1,84	22,4	154	0,15	0,25	89,4	1,1	0,40
	Макаронные изделия отварные	180	13,02	148,81	0,1	7	17,8	14,81	1,08	11,95	63,25	0,15	0,34	141,24	0	1,41
	Сок фруктовый (розли)	200	20,20	114,8	0,1	0,05	27,6	0,1	1,5	17,5	21,3	0,01	1,23	0	0,6	0,1
	Хлеб пшеничный йодированный	30	3,42	76,23	1,17	0,5	14,44	7,13	1,44	11	18,1	0,02	1,19	1	0	0,11
	Хлеб ржаной	50	5,70	115	1,8	1,11	16,1	11,5	1,55	11,65	12	0,04	0,05	1	0	0,11
Итого расчетная стоимость			216,34													
	Итого обед	940	120	963	18,28	1,67	148,25	420	6,4	105	142	0,43	1,4	114,97	14,5	1,9
Полдник 7-11 лет																
	Молоко кипяченое в т/п	200	35,00	75	1	1	1	35	1,1	7,2	42,0	0,09	1,11	17	1,1	1,1
	Фрукты свежие (яблоко)	140	35,00	47	1	0,4	4,8	23,4	0,8	7	11	0,07	1,11	15	1,1	0,11
	Кефир творожный	30	10,10	113	1	1	1,2	14,1	0,1	10,3	14,1	0,07	1,18	10	1,1	0,05
	Хлеб порцингин	250	120,00	235	1	1,9	15,4	110	1,7	25	110	0,11	1,14	20	1	1
Итого расчетная стоимость			190,10													
Полдник 12-16 лет																
	Молоко кипяченое в т/п	200	35,00	75	1	1	1	35	1,1	7,2	42,0	0,09	0,71	17	1,1	0,1
	Фрукты свежие (яблоко)	140	35,00	47	1	0,4	4,8	23,4	0,8	7	11	0,07	1,11	15	1,1	0,11
	Молоко творожное	50	35,00	113	1	1	1,2	14,1	0,1	10,3	14,1	0,07	1,18	10	1,1	0,05
	Хлеб порцингин	250	120,00	235	1	1,9	15,4	110	1,7	25	110	0,11	1,14	20	1	1
	Итого расчетная стоимость		190,10													
	Итого день 23.09.2024г	1785	430	1924	5	1,4	268,3	890	17,4	215	343	0,35	1,1	829,91	35	6,7

Зеленый чай без сахара 100г

[Handwritten signature]

Вариант № 1

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!



Идентификация

Дата заказа

Формат №1

Тренинг	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Техническое			Техническое описание	Материальный расход, г										Итого	
				Белки	Жиры	Углеводы		Ск	П	М	С	О	З	Д	С	Д	С	Д	
Вариант 1-1 лет																			
	Тыфлин мажале в соусе сметанном с сыром, 30/30	120	86,42	6,8	7,7	10,71	180	194	2,2	20	88,8	6,0	2,3	16,0	4,4	1,3			
	Маля раскатанная гречневая, масло сливочное, 150/5	155	25,05	8,4	13,4	23,35	250,6	4,7	2,7	18,8	140,5	2,2	0,2	4,1	3,7	16,8			
	Чай с сахаром	200	2,88	0,01	0,02	10	60	11,3	0,2	1,1	3,8	0	0	0	0,04	0			
	Хлеб пшеничный водородный	50	5,70	3,9	0,4	16,05	110,3	11,7	0,25	19,8	44,5	0,25	0,18	0	0	3,8			
	Итого вариант 1-1 лет		120,00				500,5	45	3	121,4	276	0,5	2,5	20,5	15	7,4			
Вариант 1-2 лет																			
	Тыфлин мажале в соусе сметанном с сыром, 100/50	150	86,57	6,4	8,85	11,1	180	194	0,35	2,8	86,4	0,05	0,07	16,0	4,4	1,4			
	Маля раскатанная гречневая, масло сливочное, 150/5	185	22,94	8,3	10,08	20,18	210,4	17,8	1,85	16,55	121	2,21	0,28	18,5	0	0,3			
	Чай с сахаром	200	2,88	0,01	0,02	10	60	11,3	0,2	1,1	3,8	0	0	0	0,04	0			
	Хлеб пшеничный водородный	70	7,98	5,4	0,6	21,07	110,1	12,5	1,9	20,4	50,5	0,28	0,2	0	0	0,24			
	Итого вариант 1-2 лет		120,27				560	50	4,2	121	300	0,35	0,4	34,5	17,5	1,94			
Вариант 2-1 лет																			
	Салат на белокочанной капусте с яблоком, горошком	60	25,7	1,4	1	8,8	16,8	11	4,8	5,8	1,7	0,81	0,07	16	3,2	1,3			
	Суп картофельный с крупой (рис), с маслом фрикадельками, 200/10	210	82,06	4,8	3,2	18,4	110,8	38,8	0,3	13,8	116	0,07	0,1	20	7,8	3,7			
	Подарок из рыбы	120	63,75	11,8	18,1	20,5	31,46	16,8	0,4	22,4	142,8	0,3	0,17	36	3,1	1,30			
	Пюре картофельное, масло сливочное, 150/5	155	23,46	1,1	1,4	21,7	212,48	41,8	1,8	26,1	207	0,1	0,1	19	4,8	0,35			
	Напиток на плодовой пшенице	200	13,00	0,4	0,3	12,8	38,2	11,8	0,4	3,4	4,4	0,07	0,05	0	0	0			
	Хлеб пшеничный водородный	70	2,26	1,4	0,2	9,46	65,78	4,8	0,22	5,8	17,1	0,07	0,05	0	0	0,26			
	Хлеб ржаной	50	5,47	1,38	1,8	6,71	69	6,4	0,21	1,1	11,5	0,36	0,04	0	0	0,27			
	Итого вариант 2-1 лет		190,8				323,5	80,8	8,2	57,2	406	1,41	0,38	56	21	3,3			
Вариант 2-2 лет																			
	Салат на белокочанной капусте с яблоком, горошком	100	26,17	0,6	0	8,3	16,8	14	7,8	4,4	1,7	0,81	0,08	16	3,2	1,4			
	Суп картофельный с крупой (рис), с маслом фрикадельками, 210/20	210	63,06	3,8	4,2	16,1	114,8	38,8	0,4	18,77	141,7	0,15	0,18	20	5,8	2,28			
	Подарок из рыбы	120	69,79	12,8	18,1	18,5	31,46	16,8	0,4	22,4	142,8	0,3	0,17	36	3,1	1,32			
	Пюре картофельное, масло сливочное, 200/5	185	27,31	1,2	1,4	18,8	185,51	38,8	1,82	25,58	167	0,1	0,18	19	4,8	0,38			
	Напиток на плодовой пшенице	200	13,20	0,4	0,3	12,8	38,2	11,8	0,4	3,4	4,4	0,07	0,05	0	0	0			
	Хлеб пшеничный водородный	30	3,42	1,8	0,3	14,36	75,25	1,8	0,35	1,5	18,1	0,03	0,05	0	0	0,33			
	Хлеб ржаной	50	5,7	1,4	1,8	6,71	69	6,4	0,21	1,1	11,5	0,36	0,04	0	0	0,28			
	Итого вариант 2-2 лет		207,28				365	93	9,4	62	402	1,95	0,4	56	24,2	5,28			
Вариант 3-1 лет																			
	Наско-молочная продукция (Волгура)	200	37,20	0,4	0,2	0,1	102	18	0,4	10,5	72	0,02	0,26	12	2	0,7			
	Фрукты ассорти (Волга)	1шт	60,00	0,4	0,4	0,8	47	48	0,6	7	21	0,03	0,12	18	4	0,18			
	Ватрушка с творогом	55	23,00	1,4	1,1	20,5	38	1	0,4	5,3	17	0,01	0,04	1	0	0,28			
	Итого вариант 3-1 лет		120				235	66	1,4	25	110	0,06	0,44	31	6	1			
Вариант 3-2 лет																			
	Наско-молочная продукция (Волгура)	200	37,20	0,4	0,2	0,1	102	18	0,4	10,5	72	0,02	0,26	12	2	0,7			
	Фрукты ассорти (Волга)	1шт	60,00	0,4	0,4	0,8	47	48	0,6	7	21	0,03	0,12	18	4	0,18			
	Ватрушка с творогом	55	23,00	1,4	1,1	20,5	38	1	0,4	5,3	17	0,01	0,04	1	0	0,28			
	Итого вариант 3-2 лет		120,20				235	66	1,4	25	110	0,06	0,44	31	6	1			
	Итого вариант 1-1 лет		120,00				500,5	45	3	121,4	276	0,5	2,5	20,5	15	7,4			
	Итого вариант 1-2 лет		120,27				560	50	4,2	121	300	0,35	0,4	34,5	17,5	1,94			
	Итого вариант 2-1 лет		190,8				323,5	80,8	8,2	57,2	406	1,41	0,38	56	21	3,3			
	Итого вариант 2-2 лет		207,28				365	93	9,4	62	402	1,95	0,4	56	24,2	5,28			
	Итого вариант 3-1 лет		120				235	66	1,4	25	110	0,06	0,44	31	6	1			
	Итого вариант 3-2 лет		120,20				235	66	1,4	25	110	0,06	0,44	31	6	1			

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

62
Замечать

МЕНЮ НА 25.09.2024г

Надпись: Первая

День среды

Вариант № 1

Согласовано
Директор

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вег. блюда	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Минеральные вещества					Витамины, мг				
				Белки	Жиры	Углеводы		Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	A(ретинол/сут)	C	E	
Завтрак 7-11 лет																	
	Механически измельчен отварные с сыром, масло сливочное 250/5	155	38,10	4,15	12,68	20,2	215,49	118	0,95	12,14	82,89	0,14	0,17	96	8,7	0,35	
	Кисломолочная продукция (Йогурт фруктовый)	100	57,00	7,4	7,9	11,3	129	12,1	0,1	6,1	37,3	0,07	0,03	215	5	1,5	
	Кофейный напиток с молоком	200	27,20	3,78	0,67	70	125,11	133	1,2	25,56	111,1	0,02	0,04	74	1,3	0	
	Хлеб пшеничный гидролизованный	50	5,70	1,45	0,5	18,05	114,9	11,3	0,55	16,5	41,5	0,07	0,09	0	0	0,69	
	Итого расчетная стоимость		120,00														
	Итого завтрак	505	170	19,28	19,75	83,75	587,5	274,6	2	62,7	275	0,3	0,35	175	15	2,5	
Завтрак 12-18 лет																	
	Механически измельчен отварные с сыром, масло сливочное 180/5	185	41,89	5,81	14,27	37,58	232,79	23	0,85	4,64	96,89	0,11	0,14	89,1	5,25	0,4	
	Кисломолочная продукция (Йогурт фруктовый)	100	57,00	7,4	8,3	11,4	129	131	0,56	12,26	91,1	0,13	0,17	111,9	10,95	0,95	
	Кофейный напиток с молоком	200	27,20	3,78	0,67	26	125,11	133	1,2	25,56	111,1	0,02	0,04	24	1,1	0	
	Хлеб пшеничный гидролизованный	70	7,48	1,53	2,15	25,67	158,1	12,5	1,89	28,34	60,9	0,09	0,06	0	0	0,91	
	Итого расчетная стоимость		129,07														
	Итого завтрак	555	170	22,11	23	95,85	680	293,3	4,3	75	300	0,35	0,4	225	17,3	2,26	
Обед 7-11 лет																	
	Салат из моркови отварной с кукурузой	40	11,88	0,7	0,26	6,9	61,4	51	0,4	15,6	11,6	0,1	0,1	25	3,7	0,4	
	Борщ с фасолью и картофелем, сметаной, мисо 200/10/5	215	44,82	1,8	4,1	1,3	167,7	81	0,8	2,4	60,4	0,03	0,03	26	5,3	0,97	
	Рис припущенный, масло сливочное 150/5	155	21,05	3,73	7,78	26,1	142	37	0,25	9,3	82,1	0,03	0,05	80	0	0,6	
	Пюре тушеная в соусе	120	78,7	15,85	15,1	20,45	206,34	140	0,9	28,7	137,9	0,1	0,15	114	11,3	0,8	
	Соус фруктовый в 1/л	200	28	0,6	0,09	1,2	132,8	32	0,7	17,4	23,4	0,03	0,02	0	0,7	0,2	
	Хлеб пшеничный гидролизованный	20	3,28	1,58	0,7	9,66	46,76	4,6	0,22	6,6	17,4	0,07	0,08	0	0	0,26	
	Хлеб ржаной	30	1,42	1,68	0,13	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	820	190	25,94	27,65	117,35	827,5	584,5	4,2	87,5	385	0,42	0,49	245	21	5,5	
Обед 12-18 лет																	
	Салат из моркови отварной с кукурузой	100	17,51	0,7	0,05	6,9	53,4	51,4	0,4	15,6	11,6	0,2	0,2	0	10,7	1,4	
	Борщ с фасолью и картофелем, сметаной 250/10	260	35,31	4,75	8,14	9,56	132,2	86,5	1,61	10,22	72,65	0,02	0,07	108	1,8	1,4	
	Рис припущенный, масло сливочное 180/5	185	21,05	3,73	7,78	16,45	209,03	30,6	0,81	5,23	75,35	0,05	0,05	93	0	0,6	
	Пюре тушеная в соусе	120	78,97	15,85	15,1	20,45	206,34	140	0,9	28,7	137,9	0,1	0,15	114	11,3	0,8	
	Соус фруктовый в 1/л	200	28	0,6	0,09	1,2	132,8	32,4	0,7	17,4	23,4	0,03	0,02	0	0,7	0,2	
	Хлеб пшеничный гидролизованный	30	3,42	2,17	0,3	16,46	76,23	7,10	0,33	9,8	26,1	0,03	0,05	0	0	0,39	
	Хлеб ржаной	50	5,7	1,45	0,55	13,2	115	11,5	1,55	17,35	53	0,06	0,06	0	0	0,65	
	Итого расчетная стоимость		190														
	Итого обед	945	190	31,5	32,2	113,05	965	413,6	6,3	105	420	0,49	0,6	115	24,5	5,24	
Полдник 7-11 лет																	
	Молоко кипяченое в 1/л	200	35,00	0,9	0	7	75	35	0,5	7,9	36,9	0,02	0,05	30	2,9	0,2	
	Фрукты свежие (яблоки), 1 шт.	шт	62,00	0,4	0,4	7,8	47	36	0,6	7	21	0,01	0,02	25	3	0,16	
	Нарез молочный	50	23,00	0,4	7,5	21,7	111	39	0,1	10,1	52,1	0,07	0,06	15	0,1	0,64	
	Итого полдник 7-11 лет	250	120														
	Итого полдник 12-18 лет	200	35,00	7,7	7,9	33,5	235	110	1,2	25	130	0,12	0,14	70	6	1	
	Молоко кипяченое в 1/л	шт	62,00	0,4	0,4	7,8	47	33,4	0,6	7	21	0,01	0,02	25	2,6	0,16	
	Фрукты свежие (яблоки), 1 шт.	шт	62,00	0,4	0,4	7,8	47	33,4	0,6	7	21	0,01	0,02	25	2,6	0,16	
	Нарез молочный	50	23,00	0,4	7,5	21,7	111	39,6	0,1	10,8	56,4	0,07	0,06	18	0,1	1,7	
	Итого полдник 12-18 лет	250	120	8,96	9,2	34,3	259	120	1,8	30	130	0,14	0,1	90	7	1,96	
	Итого день 7-11 лет	1305	430	53,43	55,3	213,58	1661	769,3	8,4	173	770	0,84	0,96	490	42	7	
	Итого день 12-18 лет	1750	450	63	64,4	168	1404	833,3	12,6	210	840	0,98	1,1	630	49	9,05	

Ж.О.С.В.М

Итого: 1305

ПРИ ЯВНОМ АППЕТИТЕ!

МЭНО НА 26.09.2024 год

Согласовано
Директор

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

Неделя: Первая

День: четверг

Вариант № 4

Прим. пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Минеральные вещества,					Витамины, мг			
				Белки	Жиры	Углеводы		Ca	Fe	Mg	P	В1	В2	A(ретинол/сут)	C	E
Завтрак 7-11 лет																
	Плов с мясом, огурец свежий 250/20	270	115,48	15,25	15,25	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	3,68	0,07	0,02	15	60	11,1	0,28	1,4	2,8	0	0	0	0,03	0
	Хлеб пшеничный йодированный	50	5,70	3,95	0,5	10,05	115,9	11,5	0,55	0	0	0,05	0,07	0	0	0,05
Итого расчетная стоимость			125,06													
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																
	Плов с мясом,огурец свежий 250/30	280	118,70	16,9	20,82	55,08	426,3	276,4	2,33	45,06	296,3	0,26	0,35	225	17,47	1,8
	Чай с сахаром, лимоном 200/5	205	3,68	0,07	0,02	15	60	11,1	0,28	1,4	2,8	0	0	0	0,03	0
	Хлеб пшеничный йодированный	70	7,98	5,53	2,16	25,67	195,1	12,3	1,89	28,54	60,9	0,09	0,05	0	0	0,91
Итого расчетная стоимость			130,36													
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																
	Салат Здоровье	60	11,58	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), мясо 200/5	205	76,43	9,29	3,37	23,3	118,6	84	0,64	16	90	0,12	0,16	21	2,6	0,85
	Котлета мясная	90	93,17	11,8	10,2	20,17	181,64	73,8	0,61	19	85	0,1	0,1	30,3	2,6	1,06
	Рагу из овощей	150	36	0,6	10,7	25,1	757,9	129,2	0,8	13,2	114,1	0,07	0,1	198,7	7,9	0,26
	Компот из плодов и ягод сушеных (курага)	200	17,02	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	2,28	1,58	0,2	9,86	96,76	4,6	0,22	6,6	17,4	0,02	0,01	0	0	0,26
	Хлеб ржаной	30	3,42	1,68	0,33	9,72	69	6,9	0,93	7,5	31,8	0,06	0,03	0	0	0,27
Итого расчетная стоимость			190													
Итого обед		735	190	26,95	27,65	117,35	822,5	385	4,2	87,5	355	0,42	0,44	245	21	3,5
Обед 12-18 лет																
	Салат Здоровье	100	19,47	2,3	4,8	2,9	58,8	48	0,6	7,7	35	0,06	0,08	65	7,3	1,4
	Суп картофельный с бобовыми (горохом),мясо 250/5	255	26,43	10,28	3,6	25,76	111,94	124	0,84	18,4	100,4	0,16	0,16	0	4,1	1,45
	Котлета мясная	100	93,17	11,8	10,2	20,1	205,33	73,91	1,66	22,95	92,3	0,1	0,15	54,3	2,6	1,46
	Рагу из овощей	180	36,00	0,6	10,7	25,2	282,9	123,3	0,8	11,2	91,5	0,07	0,07	195,7	7,9	0,26
	Компот из плодов и ягод сушеных (курага)	200	17,02	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	3,42	2,17	0,3	14,89	76,23	7,19	0,33	9,4	26,1	0,03	0,05	0	0	0,39
	Хлеб ржаной	50	5,70	3,05	0,55	16,2	115	11,5	1,55	17,35	53	0,06	0,06	0	0	0,45
Итого расчетная стоимость			201,21													
Итого обед		915	190	31,5	32,2	134,25	965	420	6,3	105	420	0,49	0,6	315	24,5	5,81
Полдник 7-11 лет																
	Кисло-молочный продукт (йогурт)	200	37,00	5,5	5,2	7,1	97,2	73	0,2	10	70	0,08	0,1	37	1,4	0,2
	Фрукты свежие (яблочки), 1 шт.	1шт	53,00	0,4	0,4	3,8	51,8	36	0,6	7	21	0,03	0,02	30	4	0,16
	Кефир творожный	50	30,00	1,8	2,3	22,8	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																
	Кисло-молочный продукт (йогурт)	200	37,00	5,5	5,2	7,1	102	73	0,4	13,5	72	0,02	0,06	32	1,4	0
	Фрукты свежие (яблочки), 1 шт.	1шт	53,00	0,4	0,4	3,8	47	36	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4	0,16
	Кефир творожный	55	30,00	3,1	3,6	27,4	110	11	0,8	9,5	27	0,09	0,02	23	1,5	1,2
Итого полдник		355	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		1530	430	53,9	55,3	214,5	1645	770	8,4	175	770	0,84	0,98	490	42	7
Итого день 12-18 лет		1725	430	63	64,4	218,1	1904	840	12,6	210	840	0,98	1,1	630	49	9,88

Заведующая производством

Сидя

Калькулятор

[Подпись]

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

27.09.2024г

Согласовано
ДиректорУтверждено
Генеральный директор АО "Комбинат питания"
Усоява И.Н.

Неделя: Первая

День: Пятница

Вариант № 5

Примечание	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Минеральные вещества, мг					Витамины, мг			
				Белки	Жиры	Углеводы		Ca	Fa	Mg	P	Si	S2	A(ретинол/сут)	C	E
Завтрак 7-11 лет																
	Запеканка творожная с морковью, молоко сгущеное 200/50	250	121,31	15,23	19,23	50,7	410,6	252,4	2,07	44,6	228,7	0,13	0,27	175	15	1,85
	Хлеб пшеничный йодированный	50	5,70	3,95	0,5	18,05	116,9	11,5	0,65	16,5	43,5	0,15	0,08	0	0	0,65
	Чай с сахаром	200	2,83	0,07	0,02	15	60	11,1	0,28	1,4	2,8	0	0	0	0	0,03
Итого расчетная стоимость				129,84												
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																
	Запеканка творожная с морковью, молоко сгущеное 250/50	250	135,81	16,9	20,82	55,08	426,9	276,4	2,33	45,06	236,3	0,26	0,33	225	17,5	1,46
	Хлеб пшеничный йодированный	70	7,98	5,53	2,16	25,67	193,1	13,5	1,89	24,54	60,9	0,09	0,05	0	0	0,91
	Чай с сахаром	200	2,83	0,07	0,02	15	60	11,1	0,28	1,4	2,8	0	0	0	0	0,03
Итого расчетная стоимость				146,62												
Итого завтрак		550	120	22,5	23	95,75	680	500	4,5	75	300	0,35	0,4	225	17,5	2,37
Обед 7-11 лет																
	Салат картофельный с капустой свежей и кукурузой	50	13,78	0,8	0	4,4	75	28,7	0,4	11,7	26	0,03	0,07	25	3,8	0,87
	Суп картофельный с крупой(гречка), с мясными фрикадельками 200/10	210	27,93	2,1	1,2	22,6	87,2	21,8	0,6	12,1	39,4	0,04	0,05	34	0,3	0,8
	Чашабили	105	97,1	14,86	10,34	70,1	191	198,8	1,32	23,8	131	0,18	0,1	106	0,9	0,3
	Рис припущенный с овощами	150	18,72	4,78	7,78	26,27	237,94	90,2	0,6	37,8	172,3	0,07	0,07	80	0	0,6
	Кисель из смородины свежемороженой	200	24,8	1,15	0,8	24,5	114,6	34	0,13	5,5	8,9	0,04	0,01	0	14	0,4
	Хлеб пшеничный йодированный	70	2,28	1,58	0,2	9,96	46,76	4,6	0,22	8,6	17,4	0,02	0,01	0	0	0,26
	Хлеб ржаной	30	3,42	1,68	0,11	9,72	69	6,9	0,33			0,04	0,03	0	0	0,27
Итого расчетная стоимость				190,03												
Итого обед		775	190	26,95	27,65	117,25	822,5	385	4,2	87,5	385	0,42	0,19	245	21	3,5
Обед 12-18 лет																
	Салат картофельный с капустой свежей и кукурузой	100	28,1	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	30,7	2,58	3,2	22,0	98,17	31,8	0,8	18,17	34,4	0,06	0,06	35	4,33	1,4
	Чашабили	125	97,1	15,6	11,57	20,05	272	106,3	2,39	21,5	109,3	0,24	0,27	154	3,57	0,3
	Рис припущенный с овощами	180	22,46	4,78	7,78	40,11	272	167	0,6	40,68	142,3	0,03	0,1	80	0	0,4
	Кисель из смородины свежемороженой	200	24,8	1,15	0,8	24,5	114,6	34	0,13	5,5	8,9	0,04	0,01	0	14	0,4
	Хлеб пшеничный йодированный	10	3,42	2,37	0,3	14,43	76,23	7,19	0,33	8,9	26,1	0,03	0,05	0	0	0,39
	Хлеб ржаной	50	5,7	3,45	0,35	11,2	115	11,5	1,35	17,35	53	0,06	0,06	0	0	0,45
Итого расчетная стоимость				210,48												
Итого обед		945	190	31,5	32,2	136,05	965	420	6,3	106	420	0,49	0,6	315	24,5	4,64
Полдник 7-11 лет																
	Сок фруктовый и т/п	200	28,00	0,9	0	3	75	32,4	0,5	7,9	32,6	0,02	0,06	17	1,94	0,2
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт.	125	69,00	0,4	0,4	3,8	47	39	0,6	7	25,3	0,08	0,02	35	4	0,16
	Пирожное "Полет"	48	23,00	6,4	7,5	24,7	113	38,6	0,1	10,1	52,1	0,07	0,06	18	0,06	0,64
Итого полдник				373												
Полдник 12-18 лет																
	Сок фруктовый и т/п	200	28,00	0,9	0,05	3	75	32,4	0,5	7,9	32,6	0,02	0,06	17	1,94	0,4
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт.	125	69,00	0,4	0,4	3,8	47	39	0,6	7	25,3	0,03	0,02	35	4	0,16
	Пирожное "Полет"	30	23,00	7,7	8,75	29,5	137	45,7	0,7	13,1	62,1	0,09	0,02	38	1,06	1
Итого полдник				575												
Итого день 7-11 лет		1648	430	55,0	53,3	214,5	1645	770	6,4	175	770	0,84	0,95	490	42	7
Итого день 12-18 лет		1570	430	63	64,4	268,1	1904	860,1	12,6	210	840	0,95	1,1	630	48	8,57

Заведующая производством

И.Н. Усоява

Калькулятор

ПРИ ПИТНОГО АППЕТИТА!

28.06.2024

Согласовано
ДиректорУтверждено
Генеральный директор АО "Комбист
Колесниченко И.И.

Надпись: Перевод

День: суббота

Вариант № 6

Порядк п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетич еская ценность	Полезные вещества			Минеральный					Витамины, мкг			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Fe	Mg	P	В1	B2	Витамин/ мкг	C	E
Завтрак 7-11 лет																
	Пельмени мясные отварные из п/ф промышленного производства, масло сливочное, 240/10	250	106,43	389,6	23,70	17,9	66,3	127	2,04	31	139	0,21	0,15	165	0,39	1,85
	Чай с сахаром, с лимонном сок/10	210	7,67	81	1,52	1,35	15,0	137	0,41	15	92,5	0,04	0,16	10	14,6	0
	Хлеб пшеничный Водированный	50	5,7	118,9	3,05	0,5	1,05	11,5	0,55	17	43,5	0,05	0,04	0	0	0,65
	Итого расчетная стоимость		120													
	Итого завтрак	510	120	587,5	28,25	19,75	81,75	275	2,45	63	275	0,3	0,35	175	13	2,5
Завтрак 12-18 лет																
	Пельмени мясные отварные из п/ф промышленного производства, масло сливочное, 260/10	270	108,52	426,9	19,9	23,82	55,08	275	2,33	45	236	0,26	0,33	225	17,5	3,1
	Чай с сахаром, лимонном сок/10	210	7,67	60	0,07	0,02	15	11,1	0,28	1,4	1,8	0	0	0	0,03	0
	Хлеб пшеничный Водированный	70	7,98	198,1	5,52	2,16	23,57	12,5	1,85	29	60,9	0,09	0,05	0	0	0,91
	Итого расчетная стоимость		124,37													
	Итого завтрак	550	120	680	25,5	23	80,25	300	4,5	75	300	0,35	0,4	225	17,5	2,01
Обед 7-11 лет																
	Салат из свеклы с сыром	60	16,67	79,1	3,5	1	4,3	97	0,6	14	64,5	0,01	0,05	26	1,4	0,5
	Щи из свежей капусты, картофелем, сметаной, масло 200/10/10	220	48,46	114,45	1,5	0,98	12,5	50,2	0,55	12	47,3	0,17	0,07	12	0,5	0,5
	Рыба в яйце	90	73,77	199	10,9	10,8	35,47	80,3	1	75	190	0,1	0,25	96	0,1	1,17
	Овощи припущенные	150	23,2	237,85	4,29	8,34	24,8	124	0,4	73	83,2	0,05	0,05	53	13,4	0,6
	Сок фруктовый (розлив)	200	30,2	75,3	0,9	0	10	12,6	0,5	7,2	12,6	0,02	0,02	0	3,5	0,2
	Хлеб пшеничный Водированный	20	3,28	46,76	1,55	0,2	0,66	4,6	0,22	5,6	17,4	0,02	0,01	0	0	0,26
	Хлеб ржаной	50	3,42	69	1,68	0,33	0,72	6,9	0,93			0,04	0,03	0	0	0,27
	Итого расчетная стоимость		150													
	Итого обед	770	190	822,5	26,95	27,65	117,25	350	4,2	88	385	0,42	0,49	245	21	3,5
Обед 12-18 лет																
	Салат из свеклы с сыром	100	27,78	79,1	5,8	6	6,3	97	0,6	14	75	0,01	0,05	54	5,15	0,7
	Щи из свежей капусты, картофелем и сметаной 230/10	260	19,29	123,37	3	8,5	1,74	63,6	0,67	12	51,3	0,25	0,07	68,67	9,75	0,6
	Рыба в яйце	120	85,77	199	10,9	10,8	35,47	80,3	1	25	160	0,1	0,25	96	0,1	1,4
	Овощи припущенные	180	27,84	257,5	1,29	8	25,23	126	1,45	9,3	52,7	0,13	0,09	36,33	8,9	1,65
	Сок фруктовый (розлив)	300	20,20	114,6	0,7	0,05	7,5	32,3	0,5	18	21,9	0,04	0,03	0	0,6	0,4
	Хлеб пшеничный Водированный	30	3,43	75,23	2,34	0,3	14,49	7,19	0,35	9,9	26,1	0,01	0,05	0	0	0,39
	Хлеб ржаной	50	5,70	115	1,45	0,53	10,2	11,5	1,55	17	51	0,05	0,05	0	0	0,45
	Итого расчетная стоимость		150,00													
	Итого обед	940	190	965	31,5	32,2	134,05	420	6,3	105	400	0,49	0,6	315	24,5	3,58
Полдник 7-11 лет																
	Кисло-молочный продукт	200	37	102	5,5	5,2	7,1	73	0,7	14	72	0,02	0,08	32	1,4	0,2
	Фрукты свежие (груша), вагрушка с творогом	125	60	47	0,4	0,4	1,8	35	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4	0,15
	Итого полдник	375	120	295	7,7	7,9	33,5	110	1,2	25	110	0,12	0,14	70	5	1
Полдник 12-18 лет																
	Кисло-молочный продукт	300	37	102	5,5	5,2	7,1	73	0,7	14	72	0,02	0,08	32	1,4	0
	Фрукты свежие (груша), вагрушка с творогом	125	60	47	0,4	0,4	1,8	35	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4	0,16
	Итого полдник	380	120	258	9	9,2	34,7	120	1,8	18	120	0,14	0,1	50	7	0,42
	Итого день 7-11 лет	1635	430	1645	53,3	55,7	254,5	770	6,4	175	770	0,84	0,98	450	42	7
	Итого день 12-18 лет	1670	430	1904	36	60,4	268,1	840	12,6	210	840	0,98	1,1	530	49	8,02

Заведующий производством

калькулятор

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!