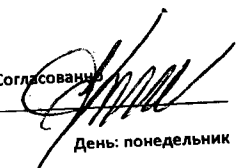
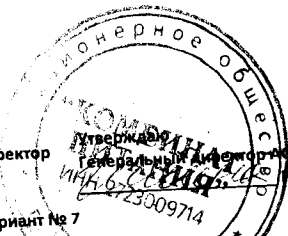



У на 24.02.2025 год

Согласовано  
  
 День: понедельник

Директор  
 Утверждаю  
 Генеральный директор "Комбинат питания"  
 Илья И.Н.  
 Вариант № 7  


Неделя: Вторая

Прием пищи № рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Пищевые вещества								Витамины, мг						
					Белки	Жиры	Углево- ды	Минеральные соль				A(рет.экв/с ут)	C	E					
<b>Завтрак 7-11 лет</b>																			
2	Каша молочная с крупой пшеничной, масло сливочное, 250/5	255	53,01	186,84	6,52	4,78	37,02	180,4	0,85	11,9	19,7	0,19	0,27	35	8,53	1,01			
4	Сыр порциями	10	18,10	65,72	0,1	7,2	0,13	2,4	0	0	3	0	0	40	5	0,1			
5	Яйцо вареное	50	21,78	62,84	5,08	4,6	0,28	22	1	4,8	76,8	0,03	0,02	100	0	0,24			
105	Кофейный напиток с молоком	200	21,41	155,2	3,6	2,67	28,27	58,67	0,6	29,3	132	0,03	0,02	0	1,47	0,5			
	Хлеб пшеничный йодированный	50	5,70	116,9	3,95	0,5	18,05	11,5	0,55	16,5	43,5	0,05	0,04	0	0	0,65			
Итого расчетная стоимость				120,00													175	15	2,5
<b>Итого завтрак</b>		<b>565</b>	<b>120,00</b>	<b>587,5</b>	<b>19,25</b>	<b>19,75</b>	<b>83,75</b>	<b>275</b>	<b>3</b>	<b>62,5</b>	<b>275</b>	<b>0,3</b>	<b>0,35</b>						
<b>Завтрак 12-18 лет</b>																			
2	Каша молочная с крупой пшеничной, масло сливочное, 250/10	260	59,17	174,19	7,08	4,9	41	203,8	1,01	12,3	26,3	0,2	0,31	75,9	13,78	0,3			
4	Сыр порциями	15	20,40	94,67	1,21	8,67	0,53	3	0	0	4	0	0	79,1	2,25	0,1			
5	Яйцо вареное	50	21,78	62,84	5,08	4,6	0,28	22	1	4,8	76,8	0,03	0,02	100	0	0,24			
105	Кофейный напиток с молоком	200	21,41	155,2	3,6	2,67	28,27	58,67	0,6	29,3	132	0,03	0,02	0	1,47	0			
	Хлеб пшеничный йодированный	70	7,98	193,1	5,53	2,16	25,67	12,5	1,89	28,5	60,9	0,09	0,05	0	0	0,91			
Итого расчетная стоимость				130,74													255	17,5	1,55
<b>Итого завтрак</b>		<b>595</b>	<b>120</b>	<b>680</b>	<b>22,5</b>	<b>23</b>	<b>95,75</b>	<b>300</b>	<b>4,5</b>	<b>75</b>	<b>300</b>	<b>0,35</b>	<b>0,4</b>						
<b>Обед 7-11 лет</b>																			
136	Салат из квашенной капусты	60	29,87	6	0,6	0,06	0,9	12	0	7,7	13	0,06	0,06	20	1,8	1,1			
34	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	20,26	180,24	7,3	6,3	26,46	97,3	0,2	14,9	147	0,1	0,19	83	0,5	0,3			
77	Гуляш мясной	100	103,35	234,7	11,84	16,57	36,9	191,3	1,8	15,7	84,9	0,1	0,02	122	0,1	0,33			
60	Каша рассыпчатая гречневая	150	13,36	171	3,25	4,14	6,01	40,57	0,55	17,7	69,1	0,07	0,09	20	0,9	1,24			
99	Компот из плодов и ягод сушеных (курага)	200	17,46	114,8	0,7	0,05	27,6	32,3	0,5	17,5	21,9	0,01	0,03	0	17,7	0			
	Хлеб пшеничный йодированный	20	2,28	46,76	1,58	0,2	9,66	4,6	0,22	6,6	17,4	0,04	0,05	0	0	0,26			
	Хлеб ржаной	30	3,42	69	1,68	0,33	9,72	6,9	0,93	7,5	31,8	0,04	0,05	0	0	0,27			
Итого расчетная стоимость				190													245	21	3,5
<b>Итого обед</b>		<b>760</b>	<b>190</b>	<b>822,5</b>	<b>26,95</b>	<b>27,65</b>	<b>117,25</b>	<b>385</b>	<b>4,2</b>	<b>87,5</b>	<b>385</b>	<b>0,42</b>	<b>0,49</b>						
<b>Обед 12-18 лет</b>																			
136	Салат из квашенной капусты	100	49,78	6	0,61	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	17,06	283,1	7,46	6,62	30,95	193,3	0,8	21,2	144	0,2	0,29	113	0,5	0,3			
77	Гуляш мясной	120	124,02	254,7	12,66	18,89	36,9	127	2,33	16,7	93	0,06	0,02	142	0,1	0,33			
60	Каша рассыпчатая гречневая	180	16,03	115,17	4,25	5,73	7,01	36,68	0,79	14,7	69,1	0,07	0,09	60	4,4	1,6			
99	Компот из плодов и ягод сушеных (курага)	200	17,46	114,8	0,7	0,05	27,6	32,3	0,5	17,5	21,9	0,01	0,03	0	17,7	0			
	Хлеб пшеничный йодированный	30	3,42	76,23	2,37	0,3	14,49	7,19	0,33	9,9	26,1	0,03	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	0,06	0,06	0	0	0,45			
Итого расчетная стоимость				233,47													315	24,5	5,77
<b>Итого обед</b>		<b>930</b>	<b>190</b>	<b>930</b>	<b>31,5</b>	<b>32,2</b>	<b>134,05</b>	<b>420</b>	<b>6,3</b>	<b>105</b>	<b>420</b>	<b>0,49</b>	<b>0,6</b>						
<b>Полдник 7-11 лет</b>																			
	Сок фруктовый, т/п	200	33,50	75	0,9	0	5	35,4	0,5	7,9	32,6	0,02	0,06	30	2	0,2			
	Фрукты свежие (банан), 1 шт.	125	64,50	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	15,3	0,03	0,02	35	4	0,16			
	Булочка "Веснушка"	30	22,00	113	6,4	7,5	24,7	38,6	0,1	10,1	62,1	0,07	0,06	5	0	0,64			
<b>Итого полдник</b>		<b>355</b>	<b>120,00</b>	<b>235</b>	<b>7,7</b>	<b>7,9</b>	<b>33,5</b>	<b>110</b>	<b>1,2</b>	<b>25</b>	<b>110</b>	<b>0,12</b>	<b>0,14</b>	<b>70</b>	<b>6</b>	<b>1</b>			
<b>Полдник 12-18 лет</b>																			
	Сок фруктовый, т/п	200	33,50	75	0,9	0	5	35,4	0,5	7,9	32,6	0,02	0,06	30	2	0,2			
	Фрукты свежие (банан), 1 шт.	125	64,50	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	11	0,03	0,02	35	4	0,16			
	Булочка "Веснушка"	50	22,00	137	7,7	8,8	29,5	48,6	0,7	15,1	76,4	0,09	0,02	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	0,96			
<b>Итого день 7-11 лет</b>		<b>1680</b>	<b>430</b>	<b>1645</b>	<b>53,9</b>	<b>55,3</b>	<b>234,5</b>	<b>770</b>	<b>8,4</b>	<b>175</b>	<b>770</b>	<b>0,84</b>	<b>0,98</b>	<b>490</b>	<b>42</b>	<b>7</b>			
<b>Итого день 12-18 лет</b>		<b>1900</b>	<b>430</b>	<b>1869</b>	<b>63</b>	<b>64,4</b>	<b>268,1</b>	<b>840</b>	<b>12,6</b>	<b>210</b>	<b>840</b>	<b>0,98</b>	<b>1,1</b>	<b>660</b>	<b>49</b>	<b>8,28</b>			

Заведующая производством 

Калькулятор 

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ на 26.02.2025 год

Согласовано \_\_\_\_\_



Утверждено: Генеральный директор АО "Комбинат питания" Илина И.Н.

Неделя: Вторая

День: Среда

Вариант № 2723009714

Прим. п/ци № рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Минеральные вещества, мг					Витамины, мг				
					Белки	Жиры	Углеводы	Ca	P	K	Na	Cl	Fe	В1	В2	A(рет. экв/сут)	C
<b>Завтрак 7-11 лет</b>																	
292/200	Птица тушеная с овощами в соусе сметанном с томатом 90/10	100	66,00	110,2	6,42	8,08	5,5	118,2	0,25	16,1	85,89	0,1	0,15	103	12,3	1,5	
52	Макаронные изделия отварные, масло сливочное 150/5	155	22,33	235,3	5,1	10,5	34,2	12	0,2	4,34	34,5	0,08	0,08	72	1,37	0,35	
101	Какао с молоком	200	27,19	125,1	3,78	0,67	26	133,3	2	25,56	111,11	0,04	0,04	0	1,33	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	50	6,30	116,9	3,95	0,5	18,05	11,5	0,55	16,5	43,5	0,08	0,08	0	0	0,65	
Итого расчетная стоимость				121,82													
<b>Итого завтрак</b>		<b>505</b>	<b>120</b>	<b>587,5</b>	<b>19,25</b>	<b>19,75</b>	<b>83,75</b>	<b>275</b>	<b>3</b>	<b>62,5</b>	<b>275</b>	<b>0,3</b>	<b>0,35</b>	<b>175</b>	<b>15</b>	<b>2,5</b>	
<b>Завтрак 12-18 лет</b>																	
292/200	Птица тушеная с овощами в соусе сметанном с томатом 100/10	110	73	110,2	7,26	8,59	5,56	108	0,5	9,1	89,8	0,1	0,15	101	10,3	0,5	
52	Макаронные изделия отварные, масло сливочное, 180/5	185	25,04	251,6	5,93	11,58	38,52	46	0,11	11,8	38,3	0,12	0,16	123,5	5,87	1,95	
101	Какао с молоком	200	27,19	125,1	3,78	0,67	26	133,3	2	25,56	111,11	0,04	0,04	0	1,33	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				134,05													
<b>Итого завтрак</b>		<b>565</b>	<b>120</b>	<b>680</b>	<b>22,5</b>	<b>23</b>	<b>95,75</b>	<b>299,8</b>	<b>4,5</b>	<b>75</b>	<b>300,11</b>	<b>0,35</b>	<b>0,4</b>	<b>224,5</b>	<b>17,5</b>	<b>3,36</b>	
<b>Обед 7-11 лет</b>																	
149	Салат из стручковой фасоли	60	29,1	31,54	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	200	58,34	162,2	3,2	4,2	11,3	90,6	0,34	13,2	79,6	0,07	0,09	34	1,3	1,62	
64/201	Котлета рыбная в сметанном соусе, 90/30	120	58,8	212	16,29	13,4	18,5	147	1,01	20,9	141,8	0,12	0,06	91	0,4	0,6	
53	Пюре картофельное	150	25,7	212,8	3,1	9,16	38	101,6	0,8	27,4	87	0,1	0,2	95	0,8	0,15	
103	Напиток из плодов шиповника	200	13,82	88,2	0,6	0,3	20,8	21,3	0,6	3,4	3,4	0,05	0,05	0	16,5	0	
	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	1,68	0,33	9,72	6,9	0,93	7,5	31,8	0,04	0,03	0	0	0,27	
Итого расчетная стоимость				192,06													
<b>Итого обед</b>		<b>780</b>	<b>190</b>	<b>822,5</b>	<b>26,95</b>	<b>27,65</b>	<b>117,25</b>	<b>385</b>	<b>4,2</b>	<b>87,5</b>	<b>385</b>	<b>0,42</b>	<b>0,49</b>	<b>245</b>	<b>21</b>	<b>3,5</b>	
<b>Обед 12-18 лет</b>																	
149	Салат из стручковой фасоли	100	40,52	40,9	2	1,8	8,3	32	0,4	8,65	24	0,05	0,06	0,67	3	0,06	
37	Борщ с капустой и картофелем	250	44,24	199,87	3,2	4,2	14,3	99,41	1,38	17,4	79,6	0,08	0,08	56,67	1,8	2,45	
64/201	Котлета рыбная в сметанном соусе, 100/30	130	58,8	232	15,78	14,89	16,96	147	1,02	20,9	146,9	0,12	0,1	127,7	0,4	0,6	
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		
103	Напиток из плодов шиповника	200	13,82	88,2	0,6	0,3	20,8	21,3	0,6	3,4	3,4	0,05	0,05	0	16,5	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	30	3,78	76,23	2,37	0,3	14,49	7,19	0,33	9,9	26,1	0,03	0,05	0	0	0,39	
	Хлеб ржаной	50	6,3	115	3,45	0,55	16,2	11,5	1,55	17,35	53	0,06	0,06	0	0	0,45	
Итого расчетная стоимость				198,3													
<b>Итого обед</b>		<b>940</b>	<b>190</b>	<b>965</b>	<b>31,5</b>	<b>32,2</b>	<b>134,05</b>	<b>420</b>	<b>6,3</b>	<b>105</b>	<b>420</b>	<b>0,49</b>	<b>0,6</b>	<b>315</b>	<b>24,5</b>	<b>3,95</b>	
<b>Полдник 7-11 лет</b>																	
	Сок фруктовый в т/п	200	33,5	75	0,9	0	5	32,6	0,5	7,9	32,6	0,02	0,06	30	2	0,2	
	Фрукты свежие(груша)	125	61,5	47	0,4	0,4	3,8	38,8	0,6	7	15,3	0,03	0,02	35	4	0,16	
	Ватрушка с творогом	50	25	113	6,4	7,5	24,7	38,6	0,1	10,1	62,1	0,07	0,06	5	0	0,64	
<b>Итого полдник</b>		<b>375</b>	<b>120</b>	<b>235</b>	<b>7,7</b>	<b>7,9</b>	<b>33,5</b>	<b>110</b>	<b>1,2</b>	<b>25</b>	<b>110</b>	<b>0,12</b>	<b>0,14</b>	<b>70</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	
<b>Полдник 12-18 лет</b>																	
	Сок фруктовый в т/п	200	33,5	75	0,9	0	5	32,6	0,5	7,9	32,6	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	0,6	7	15,3	0,03	0,02	35	4	0,16	
	Ватрушка с творогом	55	25	137	7,7	8,8	25,5	48,6	0,7	15,1	72,1	0,09	0,02	25	1	0,6	
	<b>Итого полдник</b>	<b>380</b>	<b>120</b>	<b>259</b>	<b>9</b>	<b>9,2</b>	<b>34,3</b>	<b>120</b>	<b>1,8</b>	<b>30</b>	<b>120</b>	<b>0,14</b>	<b>0,1</b>	<b>90</b>	<b>7</b>	<b>0,96</b>	
<b>Итого день 7-11 лет</b>		<b>1660</b>	<b>430</b>	<b>1645</b>	<b>53,9</b>	<b>55,3</b>	<b>234,5</b>	<b>770</b>	<b>8,4</b>	<b>175</b>	<b>770</b>	<b>0,84</b>	<b>0,98</b>	<b>490</b>	<b>42</b>	<b>7</b>	
<b>Итого день 12-18 лет</b>		<b>1885</b>	<b>430</b>	<b>1904</b>	<b>63</b>	<b>64,4</b>	<b>264,1</b>	<b>839,8</b>	<b>12,6</b>	<b>210</b>	<b>840,11</b>	<b>0,98</b>	<b>1,1</b>	<b>629,5</b>	<b>49</b>	<b>8,27</b>	

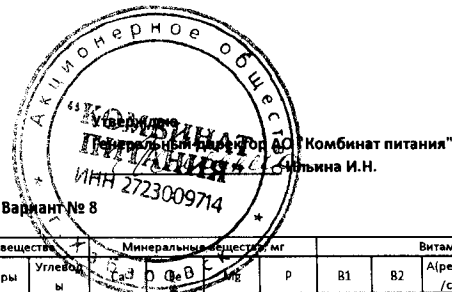
Заведующая производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ на 25.02.2025год

Согласовано  
Директор  
*[Подпись]*  
День: вторник



Неделя: Вторая

День: вторник

Вариант № 8

Прием пищи № рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Минеральные вещества, мг					Витамины, мг			
					Белки	Жиры	Углеб. ы	Ca	P	Fe	B1	B2	A(рет.эка /сут)	C	E	
<b>Завтрак 7-11 лет</b>																
92/143/28	Плов из птицы,огурец соленый (01.11-01.04.) огурец свежий ( с 01.09.-01.11;01.04-31.05) 250/20	270	108,37	408,6	15,17	19,23	50,5	249,3	2,09	43,6	227,1	0,25	0,31	175	12,17	1,85
98	Чай с сахаром, лимоном 200/5	205	5,93	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	0,55	16,5	43,5	0,05	0,04	0	0	0,65
Итого расчетная стоимость		120,60														
<b>Итого завтрак</b>		<b>525</b>	<b>120</b>	<b>587,5</b>	<b>19,25</b>	<b>19,75</b>	<b>83,75</b>	<b>275</b>	<b>3</b>	<b>62,5</b>	<b>275</b>	<b>0,3</b>	<b>0,35</b>	<b>175</b>	<b>15</b>	<b>2,5</b>
<b>Завтрак 12-18 лет</b>																
92/143/28	Плов из птицы,огурец соленый (01.11-01.04.) огурец свежий ( с 01.09.-01.11;01.04-31.05) 250/30	280	108,37	424,9	16,84	20,82	54,88	273,3	2,25	44,06	234,7	0,26	0,3	225	14,67	0,8
98	Чай с сахаром, лимоном 200/5	205	5,93	62	0,13	0,02	15,2	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	0,1	0	0	0,91
Итого расчетная стоимость		123,12														
<b>Итого завтрак</b>		<b>555</b>	<b>120</b>	<b>680</b>	<b>22,5</b>	<b>23</b>	<b>95,75</b>	<b>300</b>	<b>4,5</b>	<b>75</b>	<b>300</b>	<b>0,35</b>	<b>0,4</b>	<b>225</b>	<b>17,5</b>	<b>1,71</b>
<b>Обед 7-11 лет</b>																
138	Винегрет овощной	60	17,63	41,14	1,3	2,8	1,7	24,2	0,5	7,5	25	0,02	0,02	35	3	0,6
40	Суп из овощей	200	33,35	102,1	3,2	3	11,47	143,2	0,4	7,3	80,8	0,02	0,09	88	10	0,8
83	Жаркое по-домашнему, 50/150	200	115,13	367,2	18,03	21,02	37,5	180,26	1,4	25,6	184	0,3	0,32	122	7,2	1,37
210	Напиток Брусничный	200	20,08	196,3	1,16	0,3	47,2	25,84	0,75	33	46	0,02	0,02	0	0,8	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	1,68	0,33	9,72	6,9	0,93	7,5	31,8	0,04	0,03	0	0	0,27
Итого расчетная стоимость		192,49														
<b>Итого обед</b>		<b>710</b>	<b>190</b>	<b>822,5</b>	<b>26,95</b>	<b>27,65</b>	<b>117,25</b>	<b>385</b>	<b>4,2</b>	<b>87,5</b>	<b>385</b>	<b>0,42</b>	<b>0,49</b>	<b>245</b>	<b>21</b>	<b>3,5</b>
<b>Обед 12-18 лет</b>																
138	Винегрет овощной	100	29,39	54,8	1,3	2,8	9,23	34,2	1,96	12,5	25	0,02	0,05	113	6	0,2
40	Суп из овощей	250	16,38	155,47	4,92	7,23	9,43	161,01	0,31	6,65	85,9	0,06	0,1	80	10,5	2,4
83	Жаркое по-домашнему, 50/150	200	115,13	367,2	18,3	21,02	37,5	180,26	1,4	25,6	184	0,3	0,32	122	7,2	2,6
210	Напиток Брусничный	200	20,08	196,3	1,16	0,3	47,2	25,84	0,75	33	46	0,02	0,02	0	0,8	0,2
	Хлеб пшеничный йодированный	30	3,78	76,23	2,37	0,3	14,49	7,19	0,33	9,9	26,1	0,03	0,05	0	0	0,39
	Хлеб ржаной	50	6,30	115	3,45	0,55	16,2	11,5	1,55	17,35	53	0,06	0,06	0	0	0,45
Итого расчетная стоимость		191,06														
<b>Итого обед</b>		<b>830</b>	<b>190</b>	<b>965</b>	<b>31,5</b>	<b>32,2</b>	<b>134,05</b>	<b>420</b>	<b>6,3</b>	<b>105</b>	<b>420</b>	<b>0,49</b>	<b>0,6</b>	<b>315</b>	<b>24,5</b>	<b>6,24</b>
<b>Полдник 7-11 лет</b>																
	Кисло-молочная продукция в т/п	200	48,00	102	5,5	5,2	7,1	73	0,2	10	72	0,08	0,1	32	1,4	0,2
	Фрукты свежие (мандарин), 1 шт	125	30,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4,6	0,16
	Пирожное "Медовое"	30	42,00	86	1,8	2,3	22,6	1	0,4	8	17	0,01	0,02	3	0	0,64
<b>Итого полдник</b>		<b>355</b>	<b>120,00</b>	<b>235</b>	<b>7,7</b>	<b>7,9</b>	<b>33,5</b>	<b>110</b>	<b>1,2</b>	<b>25</b>	<b>110</b>	<b>0,12</b>	<b>0,14</b>	<b>70</b>	<b>6</b>	<b>1</b>
<b>Полдник 12-18 лет</b>																
	Кисло-молочная продукция в т/п	200	48,00	102	5,5	5,2	7,1	73	0,4	13,5	72	0,02	0,06	32	1,4	0
	Фрукты свежие (мандарин), 1 шт	125	30,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4,6	0,16
	Пирожное "Медовое"	50	42,00	110	3,1	3,6	27,4	11	0,8	9,5	27	0,09	0,02	23	1	0,26
<b>Итого полдник</b>		<b>375</b>	<b>120,00</b>	<b>259</b>	<b>9</b>	<b>9,2</b>	<b>38,3</b>	<b>120</b>	<b>1,8</b>	<b>30</b>	<b>120</b>	<b>0,14</b>	<b>0,1</b>	<b>90</b>	<b>7</b>	<b>0,42</b>
<b>Итого день 7-11 лет</b>		<b>1590</b>	<b>430</b>	<b>1645</b>	<b>53,9</b>	<b>55,3</b>	<b>234,5</b>	<b>770</b>	<b>8,4</b>	<b>175</b>	<b>770</b>	<b>0,84</b>	<b>0,98</b>	<b>490</b>	<b>42</b>	<b>7</b>
<b>Итого день 12-18 лет</b>		<b>1760</b>	<b>430</b>	<b>1904</b>	<b>63</b>	<b>64,4</b>	<b>268,1</b>	<b>840</b>	<b>12,6</b>	<b>210</b>	<b>840</b>	<b>0,98</b>	<b>1,1</b>	<b>630</b>	<b>49</b>	<b>8,37</b>

Заведующая производством

*[Подпись]*

Калькулятор

*[Подпись]*

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

МЕНЮ на 27.02.2025г

Согласованно  
Директор

День: Четверг



«Комбинат питания»  
Ильина И.Н.

Неделя: Вторая

Прием пищи № рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая	Пищевые вещества			Минеральные вещества				Витамины, мг				
					Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	A(рет.э кв/сут)	C	E
<b>Завтрак 7-11 лет</b>																
8/210	Запеканка творожная ,молоко сгущенное 200/50	250	197,77	410,6	15,2	19,2	67,7	252	2,67	44,6	229	0,2	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	2,8	0	0	0	0,03	0
	Хлеб пшеничный йодированный	50	6,30	116,9	3,95	0,5	1,05	11,5	0,05	16,5	43,5	0,1	0,04	0	0	0,65
Итого расчетная стоимость		207,90														
Итого завтрак		500	190	587,5	19,3	19,8	83,75	275	3	62,5	275	0,3	0,35	175	15	2,5
<b>Завтрак 12-18 лет</b>																
8/210	Запеканка творожная с молоком сгущенным, 230/50	280	223,65	426,9	16,9	20,8	55,08	276	2,33	45,1	236	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	2,8	0	0	0	0,03	0
	Хлеб пшеничный йодированный	70	8,82	193,1	5,53	2,16	25,67	12,5	1,89	28,5	60,9	0,1	0,05	0	0	0,91
Итого расчетная стоимость		236,30														
Итого завтрак		550	190	680	22,5	23	95,75	300	4,5	75	300	0,4	0,4	225	17,5	2,77
<b>Обед 7-11 лет</b>																
37	Салат картофельный с огурцами	60	17,13	46,8	1,33	3,95	4,3	28	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	32,72	135,6	8,26	7,01	13,1	61,1	0,2	25,6	122	0,1	0,1	35	1,8	0,8
72	Бефстроганов из мяса	100	99,5	179,44	9,8	8,2	15,33	194	0,2	9	85	0,2	0,23	110,5	2,6	1,07
54	Рис припущенный	150	17,25	242	3,78	7,78	49,3	67	0,59	11,8	82,3	0	0,05	80	1,5	0,6
150	Компот из свежемороженых ягод (смородины)	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 йодированный	20	2,52	46,76	1,58	0,2	9,66	4,6	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	6,9	0,93	7,5	31,8	0	0,05	0	0	0,27
Итого расчетная стоимость		196,1														
Итого обед		790	190	822,5	27	27,7	117,3	385	4,2	87,5	385	0,4	0,49	245	21	3,5
<b>Обед 12-18 лет</b>																
37	Салат картофельный с огурцами	100	28,55	46,8	2,33	4,95	4,3	56	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	15,82	71,1	0,2	27	107	0,1	0,21	39	6,8	0,9
72	Бефстроганов из мяса	120	119,4	210	10,8	8,2	13,1	124	1,57	12	105	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	0,05	96	0	0,9
150	Компот из свежемороженых ягод (смородины)	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 йодированный	30	3,78	76,23	2,37	0,3	14,49	7,19	0,33	9,9	26,1	0	0,05	0	0	0,39
	Хлеб ржаной	50	6,3	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		237,29														
Итого обед		960	190	965	31,5	32,2	134,1	420	6,3	105	420	0,5	0,6	315	24,5	4,74
<b>Полдник 7-11 лет</b>																
	Кисло-молочная продукция в т/п	250	48	102	5,5	5,2	7,1	73	0,2	13,5	72	0	0,1	32	1,4	0,2
	Фрукты свежие (мандарин), 1 шт	125	37	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0	0,02	35	4	0,16
	Пирожное "Бисквитное"	50	35	86	1,8	2,3	22,6	1	0,4	4,5	17	0,1	0,02	3	0,6	0,64
Итого полдник		425	120	235	7,7	7,9	33,5	110	1,2	25	110	0,1	0,14	70	6	1
<b>Полдник 12-18 лет</b>																
	Кисло-молочная продукция в т/п	250	48	126	6,8	6,5	11,9	83	0,8	18,5	82	0	0,06	52	2,4	0
	Фрукты свежие (мандарин), 1 шт	125	37	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0	0,02	35	4	0,16
	Пирожное "Бисквитное"	50	35	86	1,8	2,3	22,6	1	0,4	4,5	17	0,1	0,02	3	0,6	0,26
Итого полдник		425	120	259	9	9,2	38,3	120	1,8	30	120	0,1	0,1	90	7	0,42
Итого день 7-11 лет		1715	500	1645	53,9	55,3	234,5	770	8,4	175	770	0,8	0,98	490	42	7
Итого день 12-18 лет		1935	500	1904	63	64,4	268,1	840	12,6	210	840	1	1,1	630	49	7,93

Заведующая производством

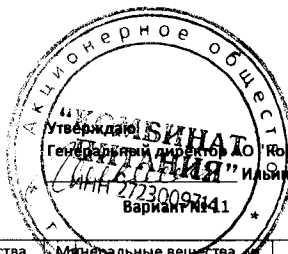
Калькулятор

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ на 28.02.2025г

Согласовано  
Директор

*[Подпись]*  
День: пятница



Неделя: Вторая

Примечание № рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая	Пищевые вещества			Минеральные вещества, мг					Витамины, мг				
					Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Fe	B	Na	K	P	B1	B2	A(рет. экв./св)	C
<b>Завтрак 7-11 лет</b>																	
125/12	Омлет натуральный с маслом сливочным, зеленым горошком консервированным 180/10/50	240	146,05	408,6	15,17	19,23	50,5	249,3	2,59	43,6	227,1	0,25	0,31	175	12,17	1,85	
98	Чай с сахаром, лимоном, 200/10	210	8,03	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	43,5	0,05	0,04	0	0	0,65	
Итого расчетная стоимость		160,38															
Итого завтрак		500	120	587,5	19,25	19,75	83,75	275	3	62,5	275	0,3	0,35	175	15	2,5	
<b>Завтрак 12-18 лет</b>																	
125/12	Омлет натуральный с маслом сливочным, зеленым горошком консервированным 210/10/50	270	169,51	424,9	16,84	20,82	54,88	273,3	2,25	44,06	234,7	0,26	0,35	225	14,67	1,06	
98	Чай с сахаром, лимоном, 200/10	210	8,03	62	0,13	0,02	15,2	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		186,36															
Итого завтрак		550	120	680	22,5	23	95,75	300	4,5	75	300	0,35	0,4	225	17,5	1,97	
<b>Обед 7-11 лет</b>																	
152	Салат картофельный с кукурузой и морковью	60	19,13	57,34	1,1	2,7	6,5	26,23	0,5	13	21	0,03	0,03	45	1,5	0,6	
128	Рассольник Ленинградский	200	45,86	116,5	8,16	9,19	15,3	116,4	0,21	23	44,4	0,15	0,2	34	1,3	1,17	
22/201	Птица запеченная, соус сметанный 90/10	100	73,99	259	10,66	10,91	54,22	146,9	0,49	2,75	177,9	0,09	0,08	146	0,95	0,85	
60	Каша рассыпчатая (гречневая)	150	15,09	171	3,25	4,14	6,01	40,57	0,55	17,65	69,13	0,07	0,09	20	0,9	0,15	
	Сок фруктовый в т/п	200	33,50	102,9	0,52	0,18	24,84	43,4	1,3	17	23,4	0,02	0,02	0	16,35	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	0,04	0	0	0,26	
	Хлеб ржаной	30	3,78	69	1,68	0,33	0,72	6,9	0,93	7,5	31,8	0,04	0,03	0	0	0,27	
Итого		193,87															
Итого обед		760	190,00	822,5	26,95	27,65	117,25	385	4,2	87,5	385,03	0,42	0,49	245	21	3,5	
<b>Обед 12-18 лет</b>																	
152	Салат картофельный с кукурузой и морковью	100	31,88	66	2,8	2,7	6,5	40,1	1,05	10	16,1	0,07	0,1	26	3,5	1,6	
128	Рассольник Ленинградский	250	25,61	174,87	8,45	13,42	11,79	130,3	1,03	30,35	54,4	0,15	0,2	67	2,8	2,4	
22/201	Птица запеченная, соус сметанный 100/10	110	73,99	259	10,66	10,91	54,22	146,9	0,49	2,75	177,9	0,09	0,08	146	0,95	0,15	
60	Каша рассыпчатая (гречневая)	150	18,11	171	3,25	4,14	6,01	40,57	0,55	17,65	69,13	0,07	0,09	20	0,9	0,15	
	Сок фруктовый в т/п	200	33,50	102,9	0,52	0,18	24,84	43,4	1,3	17	23,4	0,02	0,02	56	16,35	0,2	
	Хлеб пшеничный йодированный	30	3,78	76,23	2,37	0,3	14,49	7,19	0,33	9,9	26,1	0,03	0,05	0	0	0,39	
	Хлеб ржаной	50	6,30	115	3,45	0,55	16,2	11,5	1,55	17,35	53	0,06	0,06	0	0	0,45	
Итого расчетная стоимость		193,17															
Итого обед		885	190	965	31,5	32,2	134,05	420	6,3	105	420,03	0,49	0,6	315	24,5	5,34	
<b>Полдник 7-11 лет</b>																	
	Молоко кипяченое или молоко в т/п	200	42,00	75	0,9	0	5	35,4	0,5	7,9	36,9	0,02	0,06	30	2	0,2	
	Фрукты свежие (яблоко), 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	
	Булочка с крошкой	50	25,00	113	6,4	7,5	24,7	38,6	0,1	10,1	62,1	0,07	0,06	5	0	0,64	
Итого полдник		375	120	235	7,7	7,9	33,5	110	1,2	25	110	0,12	0,14	70	6	1	
<b>Полдник 12-18 лет</b>																	
	Молоко кипяченое или молоко в т/п	200	42,00	99	2,2	1,3	9,8	48	1,1	12,2	42,6	0,04	0,02	47	3	0,2	
	Фрукты свежие (яблоко), 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	
	Булочка с крошкой	50	25,00	113	6,4	7,5	24,7	36	0,1	10,8	66,4	0,07	0,06	8	0	0,6	
Итого полдник		375	120	259	9	9,2	38,3	120	1,8	30	120	0,14	0,1	90	7	0,96	
Итого день 7-11 лет		1635	430	1645	53,9	55,3	234,5	770	8,4	175	770,03	0,84	0,98	490	42	7	
Итого день 12-18 лет		1810	430	1904	63	64,4	268,1	840	12,6	210	840,03	0,98	1,1	630	49	8,27	

Заведующая производством *[Подпись]*

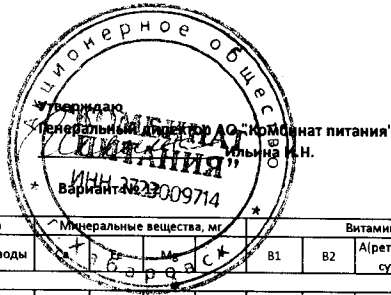
Калькулятор *[Подпись]*

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ НА 01.03.2025г

Согласовано  
Директор

День: суббота



Неделя: Вторая

Прим. пищи № рецептур	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Минеральные вещества, мг					Витамины, мг			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	Na	K	Fe	B1	B2	A (рет. экв./сут)	C
<b>Завтрак 7-11 лет</b>																
51	Макаронные изделия отварные с сыром, масло сливочное, 150/5	155	45,93	213,4	4,9	9,56	28,5	52,3	0,5	6,7	75,5	0,14	0,17	88,2	1,9	1,15
	Кисло-молочная продукция в т/п	200	48,00	102	6,8	7,02	8	171	1,65	18	70	0,08	0,12	86,8	11,63	0,2
	Кофейный напиток с молоком	200	23,73	155,2	3,6	2,67	29,2	40,2	0,8	21,3	86	0,03	0,02	0	1,47	0,5
	Хлеб пшеничный йодированный	50	6,30	116,9	3,95	0,5	18,05	11,5	0,05	16,5	43,5	0,05	0,04	0	0	0,65
Итого расчетная стоимость		123,96														
Итого завтрак		605	120	587,5	19,25	19,75	83,75	275	3	62,5	275	0,3	0,35	175	15	2,5
<b>Завтрак 12-18 лет</b>																
51	Макаронные изделия отварные с сыром, масло сливочное, 250/5	255	45,93	250	6,22	13,32	43,85	76,3	0,16	7,16	83,1	0,15	0,21	138,2	4,4	0,4
	Кисло-молочная продукция в т/п	200	48,00	120	6,8	7,02	8	171	1,65	18	70	0,08	0,12	86,8	11,63	0
	Кофейный напиток с молоком	200	23,73	116,9	3,95	0,5	18,05	40,2	0,8	21,3	86	0,03	0,02	0	1,47	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		126,48														
Итого завтрак		725	120	680	22,5	23	95,57	300	4,5	75	300	0,35	0,4	225	17,5	1,31
<b>Обед 7-11 лет</b>																
191	Салат из отварной свеклы с соленым огурцом	60	15,54	79,1	2,8	3	4,3	97	0,6	13,7	65	0,01	0,05	36	3,4	0,6
	Суп крестьянский с крупой	200	41,03	126,64	2,7	9,7	13,77	89,2	0,7	10,5	72	0,06	0,06	50	10	0,42
210/202	Рыба, запеченная под молочным соусом 90/30	120	96,18	184	14,7	13,8	18,5	117	0,8	18,7	125,9	0,13	0,16	131	0,4	1,6
62	Картофель отварной	150	18,63	202,2	2,79	0,6	33,7	38	0,45	13	51	0,15	0,15	28	1,8	0,15
103	Напиток из плодов шиповника	200	13,82	114,8	0,7	0,02	27,6	32,3	0,5	17,5	21,9	0,01	0,03	0	5,4	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	1,68	0,33	9,72	6,9	0,93	7,5	31,8	0,04	0,03	0	0	0,27
Итого расчетная стоимость		191,5														
Итого обед		780	190	822,5	26,95	27,65	117,25	385	4,2	87,5	385	0,42	0,49	245	21	3,5
<b>Обед 12-18 лет</b>																
191	Салат из отварной свеклы с соленым огурцом	100	25,9	84,1	3,8	4	5,3	107	0,7	12,7	65	0,02	0,05	45	3,4	2,4
	Суп крестьянский с крупой	250	22,63	128,67	2,48	10,7	12,26	89,2	0,8	15,85	47,1	0,09	0,1	85	10	1,8
210/202	Рыба, запеченная под молочным соусом 100/20	120	96,18	184	14,7	13,8	18,5	117	0,8	18,7	125,9	0,13	0,16	131	0,4	0,6
62	Картофель отварной 180	180	22,35	262,2	4	2,83	39,7	55,81	1,62	13	81	0,15	0,15	54	5,3	0,15
103	Напиток из плодов шиповника	200	13,82	114,8	0,7	0,02	27,6	32,3	0,5	17,5	21,9	0,01	0,03	0	5,4	0
	Хлеб пшеничный йодированный	30	3,78	76,23	2,37	0,3	14,49	7,19	0,33	9,9	26,1	0,03	0,05	0	0	0,39
	Хлеб ржаной	50	6,3	115	3,45	0,55	16,2	11,5	1,55	17,35	53	0,06	0,06	0	0	0,45
Итого расчетная стоимость		190,96														
Итого обед		930	190	965	31,5	32,2	134,05	420	6,3	105	420	0,49	0,6	315	24,5	5,79
<b>Полдник 7-11 лет</b>																
	Сок фруктовый в т/п	200	33,50	75	0,9	0	5	35,4	0,5	7,9	36,9	0,02	0,06	30	2	0,2
	Фрукты свежие (апельсин)	125	61,50	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	11	0,03	0,02	35	4	0,16
	Ватрушка с творогом	50	25,00	113	6,4	7,5	24,7	38,6	0,1	10,1	62,1	0,07	0,06	5	0	0,64
Итого полдник		375	120	235	7,7	7,9	33,5	110	1,2	25	110	0,12	0,14	70	6	1
<b>Полдник 12-18 лет</b>																
	Сок фруктовый в т/п	200	33,50	75	0,9	0	5	35,4	0,5	7,9	36,9	0,02	0,06	30	2	0,2
	Фрукты свежие (апельсин), 1 шт.	125	61,50	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	11	0,03	0,02	35	4	0,16
	Ватрушка с творогом	55	25,00	137	7,7	8,8	25,5	48,6	0,7	15,1	72,1	0,09	0,02	25	1	0,6
Итого полдник		380	120	259	9	9,2	34,3	120	1,8	30	120	0,14	0,1	90	7	0,96
Итого день 7-11 лет		1760	430	1645	53,9	55,3	234,5	770	8,4	175	770	0,84	0,98	490	42	7
Итого день 12-18 лет		2035	430	1904	63	64,4	263,92	840	12,6	210	840	0,98	1,1	630	49	8,06

Ющая производством

Калькулятор

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**