

24.03.2025г

Согласовано _____

Директор

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат питания"

Ильина И.Н.

ИНН 2723009714

Неделя: Третья

День: Понедельник

Вариант № 13

Прием пищи № рецептур ы	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Минеральные вещества, мг				Витамины, мг				
					Белки	Жиры	Углевод ы	Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	A(рет.эк в/сут)	C	E
Завтрак 7-11 лет																
161 4 5 101	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы ,м/сл 250/5	255	45,60	216,93	6,34	3,95	39,29	205,8	0,35	23	80,59	0,16	0,1	0	12	1,01
	Сыр порциями	10	17,69	65,72	0,1	7,2	0,13	2,4	0,2	2,64	3	0,04	0,01	40	1,67	0,1
	Яйцо вареное	50	23,22	62,84	5,08	1,6	0,28	22	1	4,8	76,8	0,03	0,18	135	0	0,24
	Какао с молоком	200	27,19	125,11	3,78	6,5	26	33,33	0,9	15,56	71,11	0,02	0,02	0	1,33	0,5
	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				120,00												
Итого завтрак		565	120,00	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																
161 4 5 101	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы ,м/сл 250/5	260	45,60	204,28	6,9	1,07	43,27	229,2	0,71	26,1	87,19	0,21	0,31	45,9	13,92	1,7
	Сыр порциями	15	18,69	94,67	1,21	8,67	0,53	3	0	0	4	0	0	79,1	2,25	0,1
	Яйцо вареное	50	23,22	62,84	5,08	4,6	0,28	22	1	4,8	76,8	0,03	0,02	100	0	0,24
	Какао с молоком	200	27,19	125,11	3,78	6,5	26	33,33	0,9	15,56	71,11	0,02	0,02	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				123,52												
Итого завтрак		595	120	680	22,5	23	95,75	300	4,5	75	300	0,35	0,4	225	17,5	2,95
Обед 7-11 лет																
142 180 15 210	Салат Витаминный	60	24,34	6	0,6	0,06	0,9	12	0	7,7	16,2	0,07	0,07	0	1,8	0,47
	Свекольник, сметана 200/10	210	30,58	140,84	6,27	6,5	20,75	162,5	0,85	12,5	187,3	0,13	0,14	200	1,75	1
	Плов с мясом	200	111,02	437	16,3	20,38	51,38	175,6	0,9	36,2	108,9	0,09	0,1	45	0,26	1,3
	Напиток Брусничный	200	20,08	122,9	0,52	0,18	24,84	23,4	1,3	17	23,4	0,07	0,09	0	17,19	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	0,06	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				192,32												
Итого обед		720	190	822,5	26,95	27,65	117,25	385	4,2	87,5	385	0,42	0,49	245	21	3,5
Обед 12-18 лет																
142 180 15 210	Салат Витаминный	100	40,57	12	0,6	0,21	0,9	24	0	14,7	23	0,09	0,07	20	1,8	0,5
	Свекольник, сметана 250/10	260	32,58	201,87	8,26	10,58	26,24	178,3	2,22	9,85	185,6	0,15	0,23	250	6,04	1,75
	Плов с мясом	200	111,02	437	16,3	20,38	51,38	175,6	0,9	36,2	108,9	0,09	0,1	45	0,26	1,3
	Напиток Брусничный	200	20,08	122,9	0,52	0,18	24,84	23,4	1,3	17	23,4	0,07	0,09	0	16,4	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				214,33												
Итого обед		840	190	965	31,5	32,2	134,05	420	6,3	105	420	0,49	0,6	315	24,5	4,59
Полдник 7-11 лет																
	Сок фруктовый в т/п	200	33,50	75	0,9	0	5	35,4	0,5	7,9	12,6	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	45,3	0,03	0,02	35	4	0,16
	Булочка "Майская"	50	22,00	113	6,4	7,5	24,7	38,6	0,1	10,1	52,1	0,07	0,06	5	0	0,64
Итого полдник		375	120,00	235	7,7	7,9	33,5	110	1,2	25	110	0,12	0,14	70	6	1
Полдник 12-18 лет																
	Сок фруктовый в т/п	200	33,50	75	0,9	0	5	35,4	0,5	7,9	12,6	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	45,3	0,03	0,02	35	4	0,16
	Булочка "Майская"	55	22,00	137	7,7	8,8	29,5	48,6	0,7	15,1	62,1	0,09	0,02	25	1	0,6
Итого полдник		380	120,00	259	9	9,2	38,3	120	1,8	30	120	0,14	0,1	90	7	0,96
Итого день 7-11 лет		1660	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		1815	430	1904	63	64,4	268,1	840	12,6	210	840	0,98	1,1	630	49	8,5

ия производством _____

Калькулятор _____

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ НА 25.03.2025г



Директор

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

Вариант № 14

Неделя: Третья

Прием пищи № рецептуры			Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Минеральные вещества, мг				Витамины, мг							
						Белки	Жиры	Углевод ы	Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	A(рет.экв/с ут)	C	E			
Завтрак 7-11 лет																				
301/201	Кнели из птицы с рисом,сыром,соус сметанный 90/30			120	85,44	193,9	8,74	11,5	10,2	167,2	1,49	27	139,1	0,18	0,21	76,4	1,9	1,25		
	52	Макаронные изделия отварные,м/сл 150/5			155	22,33	214,7	6,03	7,73	40,5	82,1	0,6	16,6	87,5	0,07	0,1	98,6	0,27	0,6	
		98	Чай с сахаром ,лимоном 200/5			205	5,93	62	0,53	0,02	15	14,2	0,36	2,4	4,9	0	0	0	12,83	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				120,00																
Итого завтрак				530	120	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																				
301/201	Кнели из птицы с рисом,сыром,соус сметанный100/20			120	87,79	252,57	7,61	17,17	10,73	62,2	1	23,3	93,1	0,09	0,11	128,1	3,45	0,4		
	52	Макаронные изделия отварные ,м/сл 180/5			185	25,04	172,33	8,83	3,65	44,35	211,1	1,25	20,76	141,1	0,17	0,24	96,9	1,22	0,95	
		98	Чай с сахаром ,лимоном, 200/5			205	5,93	62	0,53	0,02	15	14,2	0,36	2,4	4,9	0	0	0	12,83	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				127,58																
Итого завтрак				580	120	680	22,5	23	95,75	300	4,5	75	300	0,35	0,4	225	17,5	2,26		
Обед 7-11 лет																				
37	Салат картофельный с огурцами			60	19,56	50,9	1,33	3,94	5,52	24	0,32	8,9	20,3	0,01	0,01	45	3,5	0,5		
	40	Суп из овощей			200	13,1	101,3	3,2	3,3	11,2	129,6	0,6	15,5	105,6	0,03	0,07	54	4,6	1,01	
		61	Рыба тушенная в томате с овощами 90/30			120	95,84	242	15,5	10,67	31,55	146	1,03	14,1	121	0,21	0,24	96	0,6	1,1
	54		Рис припущенный,м/сл 150/10			160	34,8	197,74	2,96	9,16	31	41,6	0,8	17,4	67	0,1	0,1	50	1,7	0,15
		115	Сок фруктовый			200	20,4	114,8	0,7	0,05	27,6	32,3	0,3	17,5	21,9	0,01	0,03	0	10,6	0,2
	Хлеб пшеничный йодированный			20	2,52	46,76	1,58	0,2	9,66	4,6	0,22	6,6	17,4	0,02	0,01	0	0	0,27		
	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 расчетная стоимость				190																
Итого обед				790	190	822,5	26,95	27,65	117,25	385	4,2	87,5	385	0,42	0,49	245	21	3,5		
Обед 12-18 лет																				
37	Салат картофельный с огурцами			100	28,55	60,9	2,58	6,2	5,52	42	0,32	8,9	20,3	0,01	0,01	62	7,5	0,9		
	40	Суп из овощей			250	17,85	163,27	3,52	6,56	11,2	139,41	1,75	19,8	110,7	0,07	0,11	107	3,8	1,4	
		61	Рыба тушенная в томате с овощами 100/20			120	96,84	242	15,5	10,67	31,55	146	1,03	14,1	121	0,21	0,24	96	0,6	1,6
	54		Рис припущенный,м/сл 180/10			190	38,25	192,8	3,38	7,87	27,49	41,6	1,02	17,4	67	0,1	0,1	50	2	0,15
		115	Сок фруктовый			200	20,4	114,8	0,7	0,05	27,6	32,3	0,3	17,5	21,9	0,01	0,03	0	10,6	1
	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				211,97																
Итого обед				940	190	965	31,5	32,2	134,05	420	6,3	104,95	420	0,49	0,6	315	24,5	5,89		
Полдник 7-11 лет																				
	Кисло-молочная продукция в т/п			250	48,00	102	5,5	5,2	7,1	73	0,2	13,5	72	0,08	0,08	32	1,4	0,2		
		Фрукты свежие (мандарин), 1 шт.			125	37,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4	0,16	
		Творожник сдобный			55	35,00	86	1,8	2,3	22,6	1	0,4	4,5	17	0,01	0,04	3	0,6	0,64	
		Итого полдник			430	120	235	7,7	7,9	33,5	110	1,2	25	110	0,12	0,14	70	6	1	
Полдник 12-18 лет																				
	Кисло-молочная продукция в т/п			250	48,00	126	6,8	6,5	11,9	83	0,8	18,5	82	0,1	0,04	52	2,94	0		
		Фрукты свежие (мандарин), 1 шт.			125	37,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4	0,16	
		Творожник сдобный			55	35,00	86	1,8	2,3	22,6	1	0,4	4,5	17	0,01	0,04	3	0,06	0,26	
		Итого полдник			430	120,00	259	9	9,2	38,3	120	1,8	30	120	0,14	0,1	90	7	0,42	
Итого день 7-11 лет				1750	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				1950	430	1904	63	64,4	268,1	840	12,6	209,95	840	0,98	1,1	630	49	8,57		

зующая производством

Калькулятор

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

Согласовано _____

Директор

День среда

Энергетик Пищевые продукты

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

Вариант № 15

Прием пищи № рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда	Цена «С» «М» «И» «Д»
------------------------------	--------------------	--------------	--

ующая производством

Калькулятор

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!