

МЕНИО НА 27.01.2025г



Неделя: Первая

День: Понедельник

Вариант №1

Порядк. №	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Технические показатели			Макроэлементы в 100 г							Минералы, мг		
					Волокно	Жиры	Углеводы	Б	Ж	У	С	К	Са	К	Мg	Р	С
Завтрак 7-11 лет																	
	Напиток злаковый молочный с крупой рисовой, масло сливочное 250/10	260	50,45	216,93	6,49	6,78	20,25	10,1	0,25	16,74	07,33	0,2	0,17	34	13,87	3,9	
	Яйцо вареное	50	23,22	67,84	3,08	4,5	7,28	28	0,1	3,7	30	1,24	0,18	20	4,4	0,25	
	Сыр полужирный	10	12,84	65,72	0,1	7,2	2,13	2,4	0	0	3	0	0	40	2	3,1	
	Напиток с молоком	200	27,19	125,11	4,78	0,67	7,6	14,6	2	25,24	111,11	0,32	0,01	26	1,33	3,9	
	Хлеб пшеничный йодированный	50	6,30	116,9	3,55	3,5	16,05	13,5	0,55	35,9	45,5	0,29	0,09	0	3	0,62	
Итого расчетная стоимость				323,20													
Итого завтрак		570	120	587,5	15,76	14,76	46,76	75,6	0	64,5	475	0,3	0,26	175	15	2,5	
Завтрак 12-16 лет																	
	Напиток злаковый молочный с крупой рисовой, масло сливочное 250/10	260	50,45	204,28	6,9	6,9	20,27	10,9	0,27	17,7	14,84	0,21	0,16	32,9	13,12	3,7	
	Яйцо вареное	50	23,22	62,84	3,08	4,5	7,28	28	0,1	3,7	30	1,23	0,18	20	3,9	0,24	
	Сыр полужирный	15	13,86	94,67	1,27	8,7	2,54	4	0	4	0	3	0	70,1	2,25	3,1	
	Напиток с молоком	200	27,19	125,11	3,78	0,67	7,6	13,5	2	25,24	111,11	0,32	0,01	26	1,33	3	
	Хлеб пшеничный йодированный	70	8,82	159,1	5,54	3,4	20,67	13,5	1,01	26,24	90,0	0,19	0,05	0	3	0,61	
Итого расчетная стоимость				375,34													
Итого завтрак		595	120	680	22,3	23	75,75	190	4,9	11	484	0,49	0,4	225	17,5	1,95	
Обед 7-11 лет																	
	Салат из огурцов (с 01.11-01.03.огурец соевый), (огурец соевый с 01.09-01.11.с 01.03-31.05.)	60	33,28	6	0,4	0,46	0,9	20,9	3	7,7	12	0,05	0,06	25	3,8	0,1	
	Суп картофельный с крупой (картофель) и рыбной консервой (горбуша) 250/30	280	35,36	94,4	1,3	4	14,4	114,8	3,7	17,7	80,4	0,05	0,04	34	10,5	0,5	
	Пирог, тушеника в сметанном соусе	100	57,37	265,84	15,99	17,41	37,57	181,3	1,05	22,4	153	0,38	0,25	99,4	0,1	0,45	
	Мясорубные изделия отварные (м/с) 150/10	160	37,29	225,7	5,4	5,7	23,5	17,1	3,8	0,1	47,5	0,14	0,24	84,4	0	1,41	
	Сок фруктовый	200	20,40	114,8	0,7	0,65	27,6	32,0	0,5	17,5	21,3	0,01	0,01	0	8,8	0,4	
	Хлеб пшеничный йодированный	70	2,52	46,76	1,58	0,2	0,98	4,8	0,07	6,8	17,4	0,09	0,21	0	0	0,25	
	Хлеб ржаной	30	3,78	69	1,06	3,35	0,73	6,0	0,03	7,3	31,8	0,04	0,24	0	0	0,27	
Итого расчетная стоимость				196,48													
Итого обед		650	190	622,3	28,35	27,88	117,28	389	6,2	87,8	465	0,43	0,49	245	21	3,5	
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	55,47	15	0,7	0,72	1,4	24	0	13,9	19	0,12	0,12	34	4,8	0,6	
	Суп картофельный с крупой (картофель) и рыбной консервой (горбуша) 250/30	280	35,36	120,21	2,4	6,87	4,99	110,77	1,79	20,4	85,75	0,04	0,03	30,13	11,4	0,5	
	Пирог, тушеника в сметанном соусе	100	57,37	265,84	15,99	17,41	37,57	181,3	1,35	22,4	153	0,18	0,25	99,4	0,1	0,44	
	Мясорубные изделия отварные	180	16,27	248,92	5,39	7	37,6	51,94	1,34	14,69	81,26	0,05	0,04	123,42	0	1,35	
	Сок фруктовый	200	20,40	114,8	0,7	0,65	27,6	32,0	0,5	17,5	21,3	0,01	0,01	0	0,6	0,4	
	Хлеб пшеничный йодированный	30	1,78	76,23	2,37	0,5	14,44	1,19	0,44	6,8	24,4	0,03	0,05	3	0	0,33	
	Хлеб ржаной	50	6,30	115	3,43	0,55	16,2	11,0	0,33	17,35	59	0,06	0,14	3	0	0,45	
Итого расчетная стоимость				345,46													
Итого обед		940	190	565	31,5	31,2	140,36	430	6,4	105	430	0,40	0,5	314,57	24,5	3,23	
Полдник 7-11 лет																	
	Молоко кипяченое в т/п	200	60,00	75	0,9	0	5	19	0,0	7,2	22,6	0,22	0,06	27	5,3	0,2	
	Фрукты свежие (яблоко)	1шт	48,00	47	0,4	3,4	3,8	23,4	0,6	7	21	0,48	0,03	25	2,5	0,16	
	Напиток творожный	50	32,00	113	6,7	7,5	24,7	26,6	0,1	13,8	96,4	0,37	0,06	18	3,1	0,64	
Итого полдник		250	120,00	235	7,7	7,9	33,5	110	1,2	28	119	0,19	0,14	70	8	1	
Полдник 12-16 лет																	
	Молоко кипяченое в т/п	200	60,00	99	1,2	1,3	0,5	28	1,1	17,7	50,6	0,24	0,02	47	4,3	0,2	
	Фрукты свежие (яблоко)	1шт	48,00	47	0,4	3,4	3,8	23,4	0,6	7	21	0,48	0,03	25	2,5	0,16	
	Напиток творожный	50	32,00	113	6,7	7,5	24,7	26,6	0,1	13,8	96,4	0,37	0,06	14	3,1	0,3	
Итого полдник		250	120,00	259	8	8,2	28,4	110	1,8	38	128	0,24	0,1	89	7	1,46	
Итого день 7-11 лет		1670	430	1545	54,9	54,3	149,5	730	8,4	125	778	0,84	0,46	490	41	7	
Итого день 12-16 лет		1785	430	1904	64	64,4	206,1	840	12,6	210	858	0,88	0,4	609,97	46	8,73	

Ведущий специалист

[Handwritten signature]

Кассир

[Handwritten signature]

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ НА 28.01.2025г

Составлен
Директор

Вариант № 2

Унитарное предприятие "Комбинат
Молокопродуктов" г.п.п. Комбинат г.п.п.

ИНН 2723009714

Итого: 1000г

Дальше...

Прим. код	Наименование блюда	Бос. блюда	Цена	Порции в порции			Итого порций	Минеральный состав, мг				Витаминный состав, мг				
				Белки	Жиры	Углеводы		Ср	Р	Мг	Р	Мг	В2	А	С	С
Полдник 1-11 лет																
	Творожки мясные в соусе сметанном с помидорами, 100/50	110	75,10	6,4	7,7	10,77	160	146,4	0,2	М	80,3	3,85	0,1	103,3	14	1,9
	Каша рисовая с грибами, маслом сливочным, 180/10	190	35,66	8,44	11,58	20,03	250,0	117	1,99	М.А	146,4	0,3	0,43	41,1	8,57	0,53
	Чай с сахаром	300	3,83	0,07	0,03	15	60	11,1	0,08	1,1	1,0	0	0	0	0,01	0
	Хлеб пшеничный Подорожаный	50	6,30	8,89	1,1	14,00	116,0	11,3	0,55	16,5	49,5	0,01	0,08	0	0	0,46
	Итого расчетная стоимость		120,89													
	Итого завтрак	570	120	16,25	13,75	83,75	567,5	276	4	62,8	275	0,1	0,35	175	19	2,5
Вариант 12-13 лет																
	Творожки мясные в соусе сметанном с помидорами, 100/50	150	78,14	6,4	9,94	12,3	180	161,4	0,28	8,84	86,4	4,45	0,07	118,45	17,07	1,3
	Каша рисовая с грибами, маслом сливочным, 180/10	190	35,66	8,44	11,58	20,03	240,0	114,6	1,98	16,53	141	0,31	0,35	38,14	0	0,1
	Чай с сахаром	300	3,83	0,07	0,03	15	60	11,1	0,08	1,1	1,0	0	0	0	0,01	0
	Хлеб пшеничный Подорожаный	70	8,82	12,18	1,54	19,47	159,3	12,5	1,30	20,54	68,8	0,09	0,84	0	0	0,81
	Итого расчетная стоимость		126,45													
	Итого завтрак	610	120	22,5	23	15,75	680	600	4,8	75	430	0,15	0,4	225	17,5	2,81
Обед 1-13 лет																
	Салат из белокочанной капусты с яблоками горькими	60	17,48	0,8	1	3,3	30,8	14	0,8	9,8	17	0,04	0,02	25	3,2	1,1
	Суп картофельный с крупой(рис), с мясными фрикадельками, 200/70	220	40,32	1,8	4,2	15,8	114,0	30,6	0,55	15,8	57,6	0,07	0,1	46	1,8	0,7
	Подорожка из рыбы	130	101,97	17,30	18,1	20,5	314,46	184	0,8	19,1	190,9	0,1	0,17	36	8,1	1,69
	Пюре картофельное, масло сливочное 150/5	115	54,47	8,1	8,83	11,27	153,48	31,6	0,6	17,4	187	0,1	0,1	128	1,8	0,15
	Напиток из плодов шиповника	200	13,82	0,4	0,3	20,0	88,2	21,3	0,6	4,0	4,4	0,07	0,05	0	10	0
	Хлеб пшеничный Подорожаный	20	2,52	1,56	0,2	8,88	46,76	4,4	0,22	4,6	17,4	0,01	0,03	0	0	0,28
	Хлеб ржаной	30	5,78	1,65	0,18	8,72	69	6,3	0,23	7,5	31,6	0,04	0,04	0	0	0,23
	Итого расчетная стоимость		214,36													
	Итого обед	805	190	26,55	17,05	117,25	822,3	69	4,7	67,8	463	0,42	0,40	245	21	3,3
Обед 14-18 лет																
	Салат из белокочанной капусты с зелеными горошком	100	29,14	0,8	1	4,9	30,8	64	0,8	9,8	17	0,04	0,04	16	6,2	1,3
	Суп картофельный с крупой(рис), с мясными фрикадельками, 250/20	270	49,01	1,31	8,97	18,35	144,6	74,3	0,8	18,77	62,7	0,05	0,06	0	0,4	0,46
	Подорожка из рыбы	120	101,97	17,30	18,1	20,5	314,46	120	0,8	21,4	190,8	0,1	0,17	36	8,1	1,22
	Пюре картофельное, масло сливочное, 180/5	185	39,61	1,24	4,30	10,35	189,51	83,91	1,40	14,68	207	0,16	0,10	185	0,4	0,19
	Напиток из плодов шиповника	200	13,82	0,4	0,4	20,0	88,2	21,3	0,6	1,4	1,4	0,07	0,04	0	10	0
	Хлеб пшеничный Подорожаный	30	3,78	1,10	0,1	14,47	76,23	7,18	0,46	8,8	38,2	0,01	0,01	0	0	0,88
	Хлеб ржаной	50	6,3	1,45	0,15	16,0	115	12,5	1,05	17,15	53	0,06	0,09	0	0	0,43
	Итого расчетная стоимость		241,64													
	Итого обед	955	150	41,8	41,2	134,05	953	420	6,8	109	420	0,18	0,0	315	26,5	5,78
Полдник 13 лет																
	Кисель-молочная продукция (Ягура)	200	48,00	1,8	5,7	1,1	102	73	0,4	13,3	71	0,03	0,08	41	1	0,2
	Фрукты свежие (банан)	1шт	47,00	8,4	0,1	1,0	47	36	0,6	7	21	0,31	0,02	35	4	0,14
	Ватрушка с творогом	50	35,00	1,4	2,3	22,8	85	7	0,1	4,3	17	0,07	0,04	0	0	0,44
	Итого полдник	250	120	7,7	7,8	44,8	335	113	1,2	25	118	0,33	0,14	75	6	1
Полдник 14-18 лет																
	Кисель-молочная продукция (Ягура)	100	48,00	1,8	5,7	1,1	102	73	0,4	13,3	71	0,03	0,08	41	1,4	0
	Фрукты свежие (банан)	1шт	47,00	8,4	0,1	1,0	47	36	0,6	7	21	0,31	0,02	35	4	0,14
	Ватрушка с творогом	55	35,00	1,1	1,6	17,4	110	11	0,8	8,5	27	0,05	0,03	18	1,6	0,25
	Итого полдник	255	120	11	8,4	46,2	259	116	1,8	30	128	0,14	0,1	96	7	0,41
	Итого день 1-13 лет	1925	430	88,8	80,8	240,25	1045	770	3,4	175	710	0,28	0,86	490	42	7
	Итого день 14-18 лет	1830	430	63	84,4	240,1	1504	816	12,6	120	840	0,48	1,1	630	48	8,52

Заведующий предприятием

Handwritten signature

Вымпел

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ НА 28.01.2025г

Неделя: Первая

День: среда



Прим. п/д	Наименование блюда	Вес Блюда	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины, мг				
				Белки	Жиры	Углеводы		Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	А(ретинол/сут)	C	E
Завтрак 7-11 лет																
	Макаронные изделия отварные с сыром, масло сливочное 200/5	205	41,17	4,15	12,68	28,2	216,49	118	0,95	12,34	82,89	0,14	0,17	90	4,7	0,35
	Молочно-фруктовая продукция (йогурт фруктовый)	200	48,00	7,4	5,8	11,5	129	17,1	0,3	8,1	47,5	0,07	0,05	115	5	1,7
	Кофейный напиток с молоком	250	24,53	3,78	0,67	26	125,11	133	1,7	25,56	111,1	0,02	0,04	24	1,3	0
	Хлеб пшеничный гидроованный	50	6,30	3,95	0,5	18,05	116,3	11,5	0,55	16,5	43,5	0,07	0,09	0	0	0,65
Итого расчетная стоимость			120,00													
Итого завтрак		655	120	19,28	19,75	85,75	587,5	274,6	3	62,5	275	0,3	0,35	175	15	2,5
Завтрак 12-18 лет																
	Макаронные изделия отварные с сыром, масло сливочное 250/5	255	45,93	5,81	14,17	32,58	232,79	23	0,85	8,64	36,89	0,11	0,14	80,1	5,25	0,4
	Молочно-фруктовая продукция (йогурт фруктовый)	200	48,00	7,4	5,9	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	24,53	3,78	0,67	26	125,11	133	1,7	25,56	111,1	0,02	0,04	24	1,3	0
	Хлеб пшеничный гидроованный	70	8,82	5,53	2,16	25,67	185,1	12,5	1,89	28,54	60,9	0,09	0,05	0	0	0,31
Итого расчетная стоимость			127,28													
Итого завтрак		725	120	22,52	23	95,85	680	299,5	4,5	75	300	0,35	0,4	225	17,5	2,26
Обед 7-11 лет																
	Салат из моркови отварной с кукурузой	80	15,95	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 750/10	260	42,98	3,8	4,1	9,3	162,2	83	0,8	2,4	60,6	0,05	0,05	26	5,3	0,97
	Рис припущенный, масло сливочное 150/5	155	26,02	3,73	7,78	29,3	142	67	0,25	9,3	82,3	0,03	0,05	80	0	0,6
	Печенье тушеная в соусе	120	31,84	15,85	15,1	20,45	206,34	140	0,9	28,7	137,9	0,1	0,15	114	11,3	0,8
	Сок фруктовый	200	20,4	0,6	0,09	32	152,8	32	0,7	17,4	23,4	0,03	0,02	0	0,7	0,2
	Хлеб пшеничный гидроованный	20	2,52	1,58	0,7	9,88	46,76	4,6	0,22	6,6	17,4	0,07	0,08	0	0	0,26
	Хлеб ржаной	30	3,78	1,88	0,33	9,71	69	6,9	0,93	7,5	31,8	0,04	0,04	0	0	0,27
Итого расчетная стоимость			194,49													
Итого обед		845	190	26,94	27,65	117,33	822,5	384,5	4,7	87,5	585	0,42	0,49	245	21	3,5
Обед 12-18 лет																
	Салат из моркови отварной с кукурузой	100	26,58	0,7	0,05	4,9	53,4	51,4	0,4	15,6	31,6	0,2	0,2	0	10,7	1,4
	Борщ с фасолью и картофелем, сметаной 150/10	360	62,98	4,75	8,33	9,56	132,2	88,5	1,61	10,82	72,65	0,02	0,07	108	1,8	1,4
	Рис припущенный, масло сливочное 180/5	185	25,04	3,78	7,78	36,45	249,08	90,6	0,81	5,73	75,33	0,06	0,05	93	0	0,6
	Печенье тушеная в соусе	120	31,84	15,85	15,1	20,45	206,34	140	0,9	28,7	137,9	0,1	0,15	114	11,3	0,8
	Сок фруктовый	200	20,4	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 гидроованный	30	3,78	2,37	0,7	14,49	76,23	7,19	0,33	9,9	26,1	0,03	0,06	0	0	0,39
	Хлеб ржаной	50	6,3	3,45	0,55	16,2	115	11,5	1,55	17,35	51	0,06	0,06	0	0	0,45
Итого расчетная стоимость			306,52													
Итого обед		945	190	31,5	32,2	134,05	965	419,6	6,3	105	470	0,49	0,6	315	24,5	5,24
Полдник 7-11 лет																
	Молоко кипяченое в 1/л	200	40,00	0,9	0	3	73	35	0,5	7,9	36,3	0,02	0,06	30	2,9	0,2
	Фрукты свежие (яблоки), 1 шт.	шт	55,00	0,4	0,4	3,8	47	36	0,6	7	21	0,03	0,02	25	3	0,16
	Корж 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	0,84
Итого полдник 12-18 лет			120													
	Молоко кипяченое в 1/л	200	40,00	2,7	1,3	5,8	99	48	1,1	12,2	42,6	0,04	0,02	47	6,3	0,2
	Фрукты свежие (яблоки), 1 шт.	шт	55,00	0,4	0,4	3,8	47	33,4	0,6	7	21	0,03	0,02	25	2,6	0,16
	Корж молочный	50	25,00	6,88	7,5	24,7	113	38,6	0,1	10,8	56,4	0,07	0,06	18	0,1	1,2
Итого полдник		250	120	8,88	9,2	48,3	259	120	1,8	30	130	0,14	0,1	90	7	1,58
Итого день 7-11 лет		1500	430	53,92	55,3	231,38	1645	769,1	8,4	175	770	0,84	0,98	490	43	7
Итого день 12-18 лет		1920	430	63	64,4	268	1904	859,1	12,6	210	840	0,98	1,1	630	49	9,06

подписан

[Handwritten signature]

Клиент

[Handwritten signature]

ПРИНЯТО АДМИНИСТРАЦИЕЙ

30.01.2023г.

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

Неделя: Парвая		День: четверг						Вариант № 4						Витамины, мкг		
Присл. пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Минеральный состав, мг						А(рет-эк в/сут)	С	Е
				Белки	Жиры	Углеводы		Ca	Fe	Mg	P	K	Na			
Завтрак 7-11 лет																
	Плов с мясом, огурец соленый 250/20	270	127,31	15,23	19,23	50,7	410,6	252,4	2,17	61,1	272,2	0,29	0,32	175	14,97	1,85
	Чай с сахаром, лимоник 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	8,95	0,5	18,05	116,9	11,5	0,55	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																
	Плов с мясом, огурец соленый 250/30	280	133,05	16,9	20,82	55,08	426,9	276,4	2,33	45,06	236,3	0,26	0,35	225	17,47	1,8
	Чай с сахаром, лимоник 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	6,32	5,53	2,16	25,67	193,1	12,5	1,89	28,54	60,9	0,09	0,05	0	0	0,91
Итого расчетная стоимость		147,80														
Итого завтрак		555	120	22,5	23	95,75	600	300	4,5	75	300	0,35	0,4	225	17,5	2,71
Обед 7-11 лет																
	Салат Здоровье	60	12,92	1,3	2,8	1,7	33,8	54,2	0,5	7,7	25	0,06	0,06	95	5,3	0,4
	Суп картофельный с бобовыми (горошком), мясо 200/10	210	29,99	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	101,64	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	29,5	0,6	10,7	25,2	252,9	139,2	0,8	13,2	114,1	0,07	0,1	158,7	7,9	0,26
	Компот из плодов и ягод, сухеник (курага)	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
	Хлеб ржаной	80	3,78	1,68	0,33	9,72	69	6,9	0,93	7,5	31,8	0,04	0,03	0	0	0,27
Итого расчетная стоимость		191,93														
Итого обед		760	190	26,95	27,65	117,25	322,5	385	4,2	87,5	385	0,42	0,49	245	21	3,5
Обед 12-18 лет																
	Салат Здоровье	100	20,94	2,3	4,8	2,7	58,8	48	0,6	7,7	35	0,06	0,08	95	7,3	1,4
	Суп картофельный с бобовыми (горошком)	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	73,91	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	133,1	0,8	11,7	91,5	0,07	0,07	195,7	7,9	0,26
	Компот из плодов и ягод, сухеник (курага)	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	80	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
	Хлеб ржаной	50	6,30	3,45	0,55	16,2	115	11,5	1,53	17,35	53	0,06	0,06	0	0	0,45
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																
	Кисло-молочный продукт (йогурт)	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), 1 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
	Кекс творожный	50	32,00	1,8	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																
	Кисло-молочный продукт (йогурт)	200	48,00	5,5	5,2	7,1	102	73	0,4	13,5	72	0,02	0,06	32	1,4	0
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт.	1шт	40,00	0,4	0,4	3,8	47	36	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4	0,16
	Кекс творожный	55	32,00	3,1	3,6	27,4	110	11	0,8	9,5	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		1530	430	53,9	53,3	234,5	1645	770	8,4	175	770	0,84	0,98	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

Заведующая производством

Калькулятор

ПРИКЛЮЧЕНИЕ №1

31.01.2025г

Согласовано
Директор

Утверждено

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

Неделя: Параша

День: Понедельник

Вариант: № 5

Прим. пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Минеральные вещества, мг					Витаминный, мг						
				Белки	Жиры	Углеводы		Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	А(рет.эquiv/сут)	C	E			
Завтрак 7-11 лет																			
	Запеканка творожная с морковью, молоко сгущеное 200/50	250	148,51	15,23	19,23	50,7	410,6	252,4	2,07	44,6	228,7	0,13	0,27	175	15	1,69			
	Хлеб пшеничный йодированный	50	6,30	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	3,83	0,07	0,02	15	60	11,1	0,28	1,4	2,8	0	0	0	0,03	0			
Итого расчетная стоимость				158,64															
Итого завтрак		500	170	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 230/50	280	166,99	16,9	20,82	55,08	426,9	276,4	2,33	45,06	236,3	0,16	0,35	225	17,5	1,46			
	Хлеб пшеничный йодированный	70	8,82	5,53	2,16	25,67	198,1	12,5	1,89	28,54	60,9	0,09	0,05	0	0	0,91			
	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	0			
Итого расчетная стоимость				179,64															
Итого завтрак		550	120	22,5	23	93,75	680	300	4,5	75	300	0,35	0,4	225	17,5	2,37			
Обед 7-11 лет																			
	Салат картофельный с капустой свежей и кукурузой	60	16,87	0,8	6	4,4	75	28,7	0,4	11,7	26	0,08	0,02	25	5,8	0,87			
	Суп картофельный с крупой(гречка)с мясными фрикадельками 250/30	280	59,43	2,1	2,2	22,6	87,2	21,8	0,6	12,1	29,4	0,04	0,05	94	0,3	0,8			
	Чашеобли	105	54,37	14,56	10,34	20,1	192	198,8	1,32	23,8	131	0,18	0,3	106	0,9	0,3			
	Рис припущенный с овощами	150	31,48	4,78	7,78	26,27	237,94	90,1	0,6	27,8	173,3	0,07	0,07	80	0	0,6			
	Нисель из смородины свежемороженой	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			
	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			
	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		845	190	26,95	27,63	117,33	822,5	385	4,2	87,5	385	0,42	0,49	245	21	3,5			
Обед 12-18 лет																			
	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 250/20	270	42,66	2,55	3,2	12,6	90,17	51,8	0,8	18,17	54,4	0,05	0,08	95	4,33	1,4			
	Чашеобли	125	72,47	15,6	11,57	20,06	222	106,5	2,39	21,5	109,3	0,24	0,27	134	3,37	0,3			
	Рис припущенный с овощами	180	25,78	4,78	7,78	41,8	272	167	0,6	20,88	142,3	0,09	0,1	80	0	0,4			
	Нисель из смородины свежемороженой	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			
	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			
	Хлеб ржаной	50	6,3	3,45	0,53	16,2	115	11,5	1,55	17,95	53	0,06	0,06	0	0	0,45			
Итого расчетная стоимость				210,67															
Итого обед		935	190	31,5	32,2	134,05	965	420	6,3	105	420	0,49	0,8	315	24,5	4,64			
Полдник 7-11 лет																			
	Сок фруктовый в 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	7,3	24,7	113	58,6	0,1	10,1	52,1	0,07	0,06	18	0,06	0,64			
Итого полдник				120			7,7	7,9	33,5	235	110	1,2	23	110	0,12	0,14	70	6	1
Полдник 12-18 лет																			
	Сок фруктовый в 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	29,5	137	48,7	0,7	15,1	62,1	0,09	0,02	38	1,06	1			
Итого полдник				120			9	9,2	36,3	259	120,1	1,8	30	120	0,14	0,1	90	7	1,56
Итого день 7-11 лет				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				430			63	64,4	268,1	1904	840,1	12,6	210	840	0,98	1,1	630	49	8,57

Заведующий производством

Калькулятор

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

01.02.2025

Согласовано
ДиректорУтверждено
Генеральный директор АО "МиньБелат"
Коркина И.И.
27.02.2025

Неделя: Первая

День: суббота

Версия: № 6

Группы пищи	наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Жиры			Минеральные				Витамины				
					Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	Аскорб. с. / С	C	E
Завтрак 7-11 лет																
	Пельмени мясные отварные на п/ф промышленного производства, масло сливочное, 240/10	250	123,44	389,6	11,78	17,9	66,8	127	2,04	31	139	0,21	0,15	165	0,39	1,85
	Чай с сахаром, с лимоном 200/10	210	8,03	81	1,52	1,35	15,9	137	0,41	15	92,8	0,04	0,16	10	14,6	0
	Хлеб пшеничный йодированный	50	6,5	116,9	3,95	0,5	1,05	11,3	0,55	17	43,5	0,05	0,04	0	0	0,65
Итого расчетная стоимость				157,77												
Итого завтрак		510	120	587,5	19,25	19,75	82,75	275	3	63	275	0,3	0,35	175	15	2,5
Завтрак 12-18 лет																
	Пельмени мясные отварные на п/ф промышленного производства, масло сливочное, 260/10	270	132,28	426,9	19,0	20,82	55,08	276	2,33	45	236	0,26	0,19	225	17,5	1,1
	Чай с сахаром, лимоном 200/10	210	8,08	60	0,07	0,02	15	11,1	0,28	1,4	3,8	0	0	0	0,03	0
	Хлеб пшеничный йодированный	70	8,82	193,1	5,53	1,15	25,67	12,5	1,89	29	60,9	0,09	0,05	0	0	0,91
Итого расчетная стоимость				140,11												
Итого завтрак		550	120	680	25,5	23	95,75	300	4,5	75	300	0,35	0,4	225	17,5	2,01
Обед 7-11 лет																
	Салат из свеклы с сыром	60	18,14	79,1	3,8	3	4,3	97	0,6	14	64,5	0,01	0,05	24	3,4	0,5
	Щи из квашеной капусты, картофелем, сметаной, мясом 250/10/20	280	97,69	114,48	3,5	4,98	12,3	99,2	0,55	12	47,3	0,17	0,07	32	0,5	0,5
	Рыба в яйце	90	66,02	199	10,9	10,8	38,47	80,3	1	25	160	0,1	0,26	96	0,1	1,17
	Овощи припущенные	150	21,45	237,86	4,29	8,34	24,8	124	0,4	23	82,2	0,06	0,05	93	13,4	0,6
	Сок фруктовый (розлив)	200	20,4	76,3	0,9	0	18	12,6	0,5	7,2	12,6	0,01	0,01	0	3,6	0,2
	Хлеб пшеничный йодированный	30	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			0,04	0,03	0	0	0,27
Итого расчетная стоимость				190												
Итого обед		830	190	821,5	26,95	27,65	117,23	385	4,2	88	385	0,42	0,49	245	21	3,5
Обед 12-18 лет																
	Салат из свеклы с сыром	100	28,29	79,1	5,8	6	6,3	97	0,6	14	75	0,01	0,05	34	4,15	0,7
	Щи из квашеной капусты, картофелем и сметаной, мясом 250/10	260	17,99	123,37	3	8,5	1,74	63,6	0,87	12	31,3	0,15	0,07	68,67	9,75	0,5
	Рыба в яйце	120	85,03	199	10,9	10,8	38,47	80,3	1	25	160	0,1	0,26	96	0,1	1,4
	Овощи припущенные	180	25,74	257,5	5,28	6	29,25	128	1,45	9,3	52,7	0,13	0,08	90,33	8,9	1,65
	Сок фруктовый (розлив)	200	20,40	114,8	0,7	0,05	27,6	32,3	0,5	18	21,9	0,01	0,03	0	0,5	0,4
	Хлеб пшеничный йодированный	30	3,78	76,23	2,37	0,3	14,49	7,19	0,33	9,9	16,1	0,03	0,05	0	0	0,39
	Хлеб ржаной	90	6,90	115	3,45	0,55	16,2	11,5	1,55	17	53	0,06	0,06	0	0	0,45
Итого расчетная стоимость				190,00												
Итого обед		940	190	965	31,5	32,2	134,05	420	6,3	105	420	0,69	0,6	315	24,5	5,39
Полдник 7-11 лет																
	Кисло-молочный продукт	200	48	102	5,5	5,2	7,1	73	0,2	14	73	0,02	0,08	32	1,4	0,7
	Фрукты свежие (банан)	125	47	47	0,4	0,4	3,8	36	0,5	7	21	0,01	0,02	35	4	0,15
	Ватрушка с творогом	90	25	86	1,8	2,3	12,6	1	0,4	4,5	17	0,07	0,04	3	0,6	0,64
Итого полдник		375	120	235	7,7	7,9	33,5	110	1,2	25	110	0,13	0,14	70	6	1
Полдник 12-18 лет																
	Кисло-молочный продукт	200	48	102	5,5	5,2	7,1	73	0,4	14	72	0,02	0,06	32	1,4	0
	Фрукты свежие (банан)	125	47	47	0,4	0,4	3,8	36	0,5	7	21	0,01	0,02	35	4	0,15
	Ватрушка с творогом	95	39	110	3,1	3,6	27,4	11	0,8	9,5	27	0,09	0,02	23	1,6	0,26
Итого полдник		380	130	259	9	9,2	38,3	120	1,8	30	120	0,14	0,1	90	7	0,42
Итого день 7-11 лет		1715	490	1645	55,9	55,3	254,5	770	6,4	175	770	0,84	0,98	490	42	7
Итого день 12-18 лет		1870	480	1904	66	64,4	268,1	840	11,6	210	840	0,98	1,1	610	49	8,07

Заведующая производством

калькулятор

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!