

15.05.2023г

Согласовано Директор

Документов

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат питания"

Ильина И.Н.

Неделя: Третья

День: Понедельник

Вариант № 13

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Минеральные вещества, мг				Витамины, мг				
					Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	A(рет.экв/сут)	C	E
Завтрак 7-11 лет																
	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы ,м/сл 250/10	260	42,86	216,93	6,34	3,95	39,29	205,8	0,35	23	80,59	0,16	0,1	0	12	1,3
	Сыр порциями	10	10,29	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	16,74	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	24,71	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	50	5,40	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		100,00														
Итого завтрак		570	100,00	587,5	19,25	19,75	83,75	275	3	62,5	275	0,3	0,35	175	15	2,29
Завтрак 12-18 лет																
	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы ,м/сл 250/5	255	35,55	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	15,44	94,67	1,21	8,67	0,53	3	0	0	4	0	0	79,1	2,25	0,1
	Яйцо вареное	50	16,74	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	24,71	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	7,56	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		100,00														
Итого завтрак		590	100	680	22,5	23	95,75	300	4,5	75	300	0,35	0,4	225	17,5	2,95
Обед 7-11 лет																
	Огурец свежий	60	27,83	6	0,6	0,06	0,9	12	0	7,7	16,2	0,07	0,07	0	1,8	0,5
	Свекольник, сметана,мясо 200/10/10	220	30,98	140,84	6,27	6,5	20,75	162,5	0,85	12,5	187,3	0,13	0,14	200	1,75	1,15
	Плов с мясом	200	88,64	437	16,3	20,38	51,38	175,6	0,9	36,2	108,9	0,09	0,1	45	0,26	1,3
	Компот из смеси сухофруктов	200	8,13	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	2,16	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	3,24	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		160,98														
Итого обед		730	160	822,5	26,95	27,65	117,25	385	4,2	87,5	385	0,42	0,49	245	21	3,68
Обед 12-18 лет																
	Огурец свежий	100	46,39	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	16,79	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	88,64	437	16,3	20,38	51,38	175,6	0,9	36,2	108,9	0,09	0,1	45	0,26	1,3
	Компот из смеси сухофруктов	200	8,13	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	3,24	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	5,40	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		168,59														
Итого обед		840	160	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	25,00	75	0,9	0	5	35,4	0,5	7,9	12,6	0,02	0,06	30	2	0,2
	Фрукты свежие (груша), 1 шт.	125	51,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	45,3	0,03	0,02	35	4	0,16
	Булочка "Майская"	50	24,00	113	6,4	7,5	24,7	38,6	0,1	10,1	52,1	0,07	0,06	5	0	0,6
Итого полдник		375	100	235	7,7	7,9	33,5	110	1,2	25	110	0,12	0,14	70	6	0,96
Полдник 12-18 лет																
	Сок фруктовый в т/п	200	25,00	75	0,9	0	5	35,4	0,5	7,9	12,6	0,02	0,06	30	2	0,2
	Фрукты свежие (груша), 1 шт.	125	51,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	45,3	0,03	0,02	35	4	0,16
	Булочка "Майская"	55	24,00	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	100,00	259	9	9,2	38,3	120	1,8	30	120	0,14	0,1	90	7	0,96
Итого день 7-11 лет		1675	360	1645	53,9	55,3	234,5	770	8,4	175	770	0,84	0,98	490	42	6,93
Итого день 12-18 лет		1810	360	1904	63	64,4	268,1	840	12,6	210	840	0,98	1,1	630	49	8,5

я производством

Калькулятор

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ НА 16.05.2023г



Неделя: Третья

Согласованно

Директор

Утверждаю

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

Вариант № 14

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Минеральные вещества, мг					Витамины, мг				
					Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	A(рет.экв/сут)	C	E	
Завтрак 7-11 лет																	
	Кнели из птицы с рисом,сыром,соус сметанный 90/30	120	69,77	193,9	8,74	11,5	10,2	167,2	1,49	27	139,1	0,18	0,21	76,4	1,9	0,3	
	Макаронные изделия отварные,м/сл 150/5	155	16,96	214,7	6,03	7,73	40,5	82,1	0,6	16,6	87,5	0,07	0,1	98,6	0,27	0,95	
	Чай с сахаром ,лимоном 200/10	210	7,87	62	0,53	0,02	15	14,2	0,36	2,4	4,9	0	0	0	12,83	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	50	5,40	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			100,00														
Итого завтрак		535	100	587,5	19,25	19,75	83,75	275	3	62,5	275	0,3	0,35	175	15	1,9	
Завтрак 12-18 лет																	
	Кнели из птицы с рисом,сыром,соус сметанный100/30	130	75,32	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	
	Макаронные изделия отварные ,м/сл 180/5	185	19,13	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	
	Чай с сахаром ,лимоном, 200/5	205	5,58	62	0,53	0,02	15	14,2	0,36	2,4	4,9	0	0	0	12,83	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	70	7,14	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			107,17														
Итого завтрак		590	100	680	22,5	23	95,75	300	4,5	75	300	0,35	0,4	225	17,5	2,26	
Обед 7-11 лет																	
	Салат из моркови отварной	60	9,4	50,9	1,33	3,94	5,52	24	0,32	8,9	20,3	0,01	0,01	45	3,5	1,2	
	Суп из овощей,мясо 250/20	270	49,13	101,3	3,2	3,3	11,2	129,6	0,6	15,5	105,6	0,03	0,07	54	4,6	1,4	
	Рыба тушеная в томате с овощами70/50	120	51,38	242	15,5	10,67	31,55	146	1,03	14,1	121	0,21	0,24	96	0,6	1,1	
	Рис припущенный,м/сл 150/10	160	25,25	197,74	2,96	9,16	31	41,6	0,8	17,4	67	0,1	0,1	50	1,7	0,15	
	Сок фруктовый (розлив)	200	19,44	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	20	2,16	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	3,24	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			160														
Итого обед		860	160	822,5	26,95	27,65	117,25	385	4,2	87,5	385	0,42	0,49	245	21	5,38	
Обед 12-18 лет																	
	Салат из моркови отварной	100	15,67	60,9	2,58	6,2	5,52	42	0,32	8,9	20,3	0,01	0,01	62	7,5	0,9	
	Суп из овощей,мясо 250/15	265	37,84	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	
	Рыба тушеная в томате с овощами70/50	120	51,38	242	15,5	10,67	31,55	146	1,03	14,1	121	0,21	0,24	96	0,6	1,6	
	Рис припущенный,м/сл 180/10	190	27,85	192,8	3,38	7,87	27,49	41,6	1,02	17,4	67	0,1	0,1	50	2	0,15	
	Сок фруктовый (розлив)	200	19,44	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	3,24	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	5,4	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			160,82														
Итого обед		955	160	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(снежок)	250	45,75	102	5,5	5,2	7,1	73	0,2	13,5	72	0,08	0,08	32	1,4	0	
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт.	125	29,25	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4	0,16	
	Творожник сдобный	55	25,00	86	1,8	2,3	22,6	1	0,4	4,5	17	0,01	0,04	3	0,6	0,26	
Итого полдник		430	100	235	7,7	7,9	33,5	110	1,2	25	110	0,12	0,14	70	6	0,42	
Полдник 12-18 лет																	
	Кисло-молочная продукция(снежок)	250	45,75	126	6,8	6,5	11,9	83	0,8	18,5	82	0,1	0,04	52	2,94	0	
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт.	125	29,25	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4	0,16	
	Творожник сдобный	55	25,00	86	1,8	2,3	22,6	1	0,4	4,5	17	0,01	0,04	3	0,6	0,26	
Итого полдник		430	100,00	259	9	9,2	38,3	120	1,8	30	120	0,14	0,1	90	7	0,42	
Итого день 7-11 лет		1825	360	1645	53,9	55,3	234,5	770	8,4	175	770	0,84	0,98	490	42	7,7	
Итого день 12-18 лет		1975	360	1904	63	64,4	268,1	840	12,6	209,95	840	0,98	1,1	630	49	8,57	

дующая производством Илья

Калькулятор Илья

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ НА 17.05.2023г

Согласовано Директор

ДОКУМЕНТОВ

День: среда

Утверждаю

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

Вариант № 15

Неделя: Третья

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Минеральные вещества, мг					Витамины, мг			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	A(рет.экв./сут)	C	E
Завтрак 7-11 лет																
	Запеканка творожная с морковью,молоко сгущеное 200/50	250	123,75	410,6	15,23	19,23	50,7	252,4	2,17	44,6	228,7	0,25	0,31	175	14,97	1,46
	Чай с сахаром	200	2,83	60	0,07	0,02	15	11,1	0,28	1,4	2,8	0	0	0	0,03	0
	Хлеб пшеничный йодированный	50	5,40	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		131,98													
	Итого завтрак	500	100	587,5	19,25	19,75	83,75	275	3	62,5	275	0,3	0,35	175	15	2,11
Завтрак 12-18 лет																
	Запеканка творожная с морковью,молоко сгущеное 230/50	280	139,23	426,9	16,9	20,82	55,08	276,4	2,33	45,06	236,3	0,26	0,35	225	17,47	1,46
	Чай с сахаром	200	2,83	60	0,07	0,02	15	11,1	0,28	1,4	2,8	0	0	0	0,03	0
	Хлеб пшеничный йодированный	70	7,56	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		149,62													
	Итого завтрак	550	100	680	22,5	23	95,75	300	4,5	75	300	0,35	0,4	225	17,5	2,37
Обед 7-11 лет																
	Морская капуста тушенная с овощами	60	10,82	44,34	0,86	5,22	7,87	12,9	0,2	12	16,6	0,03	0,05	0	0,96	1,9
	Суп картофельный с бобовыми(горох),мясо 250/25	275	51,21	150,1	2,9	2,8	15,3	78,7	0,5	15,5	99,1	0,04	0,03	0	0,9	0,3
	Рагу из птицы с картофелем	250	84,42	404,1	19,33	18,8	54,9	260,6	1,75	42,5	216,7	0,28	0,32	245	3,5	1
	Напиток из плодов шиповника	200	12,52	108,2	0,6	0,3	28,8	21,3	0,6	3,4	3,4	0,01	0,05	0	15,64	0
	Хлеб пшеничный йодированный	20	2,16	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	3,24	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		164,37													
	Итого обед	835	160	822,5	26,95	27,65	117,25	385	4,2	87,5	385	0,42	0,49	245	21	3,73
Обед 12-18 лет																
	Морская капуста тушенная с овощами	100	18,04	62	1,86	5,22	7,87	22,9	0,8	24	16,6	0,04	0,06	45	0,96	1,1
	Суп картофельный с бобовыми(горох),мясо 250/25	275	51,21	199,47	3,89	7,03	11,79	96,51	1,27	7,85	104,2	0,07	0,06	25	4,4	0,3
	Рагу из птицы с картофелем	220	74,22	404,1	19,33	18,8	54,9	260,6	1,75	42,5	216,7	0,28	0,32	245	3,5	2,5
	Напиток из плодов шиповника	200	12,52	108,2	0,6	0,3	28,8	21,3	0,6	3,4	3,4	0,01	0,05	0	15,64	0
	Хлеб пшеничный йодированный	30	3,06	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	5,1	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		164,15													
	Итого обед	875	160	965	31,5	32,2	134,05	420	6,3	105	420	0,49	0,6	315	24,5	4,74
Полдник 7-11 лет																
	Сок фруктовый в т/п	200	25,00	75	0,9	0	5	35,4	0,5	7,9	55,9	0,02	0,06	30	2	0,2
	Фрукты свежие (банан), 1 шт.	125	52,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	2	0,03	0,02	35	4	0,16
	Слойка кондитерская	50	23,00	113	6,4	7,5	24,7	38,6	0,1	10,1	52,1	0,07	0,06	5	0	0,6
	Итого полдник	375	100	235	7,7	7,9	33,5	110	1,2	25	110	0,12	0,14	70	6	0,96
Полдник 12-18 лет																
	Сок фруктовый в т/п	200	25,00	75	0,9	0	5	35,4	0,5	7,9	55,9	0,02	0,06	30	2	0,2
	Фрукты свежие (банан), 1 шт.	125	52,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	2	0,03	0,02	35	4	0,16
	Слойка кондитерская	55	23,00	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	100	259	9	9,2	38,3	120	1,8	30	120	0,14	0,1	90	7	0,96
	Итого день 7-11 лет	1710	360	1645	53,9	55,3	234,5	770	8,4	175	770	0,84	0,98	490	42	6,8
	Итого день 12-18 лет	1805	360	1904	63	64,4	268,1	840	12,6	210	840	0,98	1,1	630	49	8,07

сующая производством

Handwritten signature

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

Калькулятор

Handwritten signature

МЕНЮ НА 18.05.2023г



Неделя: Третья

День: четверг

Вариант № 16

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Минеральные вещества, мг				Витамины, мг				
					Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	A(рет.экв/сут)	C	E
Завтрак 7-11 лет																
	Птица запеченная,соус сметанный 70/50	120	59,43	73,4	7,92	8,8	7,2	37,79	1,06	9,7	27,6	0,05	0,23	95	1,5	0,8
	Макаронные изделия отварные	150	10,85	242	3,78	7,78	29,3	67,04	0,59	11,8	82,3	0,17	0,05	80	12,03	0,6
	Кофейный напиток с молоком	200	24,32	155,2	3,6	2,67	29,2	158,67	0,8	24,5	121,6	0,03	0,03	0	1,47	0
	Хлеб пшеничный йодированный	50	5,40	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			100,00													
Итого завтрак		520	100,00	587,5	19,25	19,75	83,75	275	3	62,5	275	0,3	0,35	175	15	2,05
Завтрак 12-18 лет																
	Птица запеченная,соус сметанный 70/50	120	59,43	265,84	11,15	17,31	27,57	117,83	1,05	16,46	86,5	0,03	0,02	140	0,1	0,33
	Макаронные изделия отварные	180	13,02	65,86	2,22	0,86	13,31	11	0,76	5,5	31	0,2	0,3	84	15,93	1,07
	Кофейный напиток с молоком	200	24,32	155,2	3,6	2,67	29,2	158,67	0,8	24,5	121,6	0,03	0,03	0	1,47	0
	Хлеб пшеничный йодированный	70	7,56	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			104,33													
Итого завтрак		570	100	680	22,5	23	95,75	300	4,5	75	300	0,35	0,4	224	17,5	2,31
Обед 7-11 лет																
	Салат "Степной"	60	13,6	46	1,3	3,1	3,5	24	0,3	8	14,4	0,02	0,03	25	1,1	1,5
	Суп картофельный с крупой гречневой,мясо 250/10	260	28,44	128,1	5,5	6,44	17,1	182,1	0,6	21,2	197,1	0,25	0,2	46	1	1
	Капуста тушеная с мясом, 50/150	200	89,21	429,74	16,37	17,4	51,43	144	1,25	27,2	100,9	0,07	0,15	174	1,11	1,37
	Компот из свежемороженых ягод (смородины)	200	24,92	102,9	0,52	0,18	34,84	23,4	0,9	17	23,4	0,02	0,04	0	17,79	0,2
	Хлеб пшеничный йодированный	20	2,16	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	3,24	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			161,57													
Итого обед		770	160	822,5	26,95	27,65	117,25	385	4,2	87,5	385	0,42	0,49	245	21	4,6
Обед 12-18 лет																
	Салат "Степной"	100	22,66	99,52	1,94	4,83	3,44	42	0,3	8	19,5	0,13	0,01	68	4,1	1,8
	Суп картофельный с крупой гречневой,мясо 250/5	255	20,06	141,61	6,85	8,94	13,65	191,91	1,97	25,55	197,1	0,18	0,29	73	1,5	1
	Капуста тушеная с мясом, 50/150	200	89,21	429,74	16,37	17,4	51,43	144	1,25	27,2	100,9	0,07	0,15	174	1,11	1,97
	Компот из свежемороженых ягод(смородины)	200	24,92	102,9	0,52	0,18	34,84	23,4	0,9	17	23,4	0,02	0,04	0	17,79	0,2
	Хлеб пшеничный йодированный	30	3,24	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	5,4	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			165,49													
Итого обед		835	160	965	31,5	32,2	134,05	420	6,3	105	420	0,49	0,6	315	24,5	5,81
Полдник 7-11 лет																
	Кисло-молочный продукт(йогурт)	200	30,00	102	5,5	5,2	7,1	73	0,2	13,5	72	0,04	0,1	32	1,4	0
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт	125	45,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4	0,16
	Пирожное песочное "По-амурски"	50	25,00	86	1,8	2,3	22,6	1	0,4	4,5	17	0,05	0,02	3	0,6	0,26
Итого полдник		375	100	235	7,7	7,9	33,5	110	1,2	25	110	0,12	0,14	70	6	0,42
Полдник 12-18 лет																
	Кисло-молочная продукция(йогурт)	200	30,00	126	6,8	6,5	11,9	83	0,8	18,5	82	0,06	0,06	52	2,4	0
	Фрукты свежие (яблоко), 1 шт	125	45,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4	0,16
	Пирожное песочное "По-амурски"	50	25,00	86	1,8	2,3	22,6	1	0,4	4,5	17	0,05	0,02	3	0,6	0,26
Итого полдник		375	100	259	9	9,2	38,3	120	1,8	30	120	0,14	0,1	90	7	0,42
Итого день 7-11 лет		1665	360	1645	53,9	55,3	234,5	770	8,4	175	770	0,84	0,98	490	42	7,07
Итого день 12-18 лет		1780	360	1904	63	64,4	268,1	840	12,6	210	840	0,98	1,1	629	49	8,54

Заведующая производством _____

Калькулятор _____

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

МЕНЮ НА 19.05.2023г

Согласовано: _____
 Директор

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



Неделя: Третья

Вариант № 17

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Минеральные вещества, мг				Витамины, мг				
					Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	A(рет.экв/сут)	C	E
Завтрак 7-11 лет																
	Биточки мясные, соус томатный 90\30	120	87,19	198,49	11,1	13,33	18,8	234,53	1,56	17,67	165,1	0,16	0,06	108	0,3	0,93
	Каша рассыпчатая гречневая, масло сливочное 150\5	155	23,69	210,11	3,67	5,9	31,9	14,77	0,53	25,93	61,5	0,09	0,25	67	0,5	0,6
	Чай с сахаром лимоном 200\5	205	5,58	62	0,53	0,02	15	14,2	0,36	2,4	4,9	0	0	0	14,2	0
	Хлеб пшеничный йодированный	50	5,40	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			121,86													
Итого завтрак		530	100	587,5	19,25	19,75	83,75	275	3	62,5	275	0,3	0,35	175	15	2,18
Завтрак 12-18 лет																
	Биточки мясные, соус томатный 100\30	130	96,54	220,8	13	14,33	18,8	234,53	0,72	27,67	170	0,18	0,06	104,67	2,8	0,93
	Каша рассыпчатая гречневая, масло сливочное 180\5	185	27,21	204,1	3,44	6,49	36,28	38,77	1,53	16,39	64,2	0,08	0,29	120,33	0,5	0,4
	Чай с сахаром лимоном	205	5,58	62	0,53	0,02	15	14,2	0,36	2,4	4,9	0	0	0	14,2	0
	Хлеб пшеничный йодированный	70	7,56	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			136,89													
Итого завтрак		590	100	680	22,5	23	95,75	300	4,5	75	300	0,35	0,4	225	17,5	2,24
Обед 7-11 лет																
	Салат из свеклы с сыром	60	14,91	51,1	1,39	5,16	12,11	19,4	0,55	8,7	37,13	0,06	0,06	25	8,56	1,02
	Щи из свежей капусты, картофеля, сметаной, мясо 250\20\20	290	51,55	128,3	3,3	4,7	11,8	139	0,6	8,9	100,1	0,03	0,05	50	8,64	1
	Поджарка из рыбы	120	62,08	210,44	11,2	8,71	24,76	167,8	0,9	23,3	148,28	0,2	0,2	170	1,1	0,8
	Картофельное пюре	150	18,36	202,1	7,1	8,5	30,6	15	0,5	15	28,39	0,06	0,08	0	1,1	0,9
	Компот из смеси сухофруктов	200	8,13	114,8	0,7	0,05	27,6	32,3	0,5	17,5	21,9	0,01	0,06	0	1,6	1
	Хлеб пшеничный йодированный	20	2,16	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	3,24	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			160,43													
Итого обед		870	160	822,5	26,95	27,65	117,25	385	4,2	87,5	385	0,42	0,49	245	21	5,25
Обед 12-18 лет																
	Салат из свеклы с сыром	100	24,86	58,1	1,31	5,16	12,11	29,4	0,9	9,7	37,13	0,06	0,04	25	8,56	0,32
	Щи из свежей капусты, картофеля, сметаной, мясо 250\20\10	280	34,78	136,07	3,67	3,94	11,8	147,1	0,52	17,4	124,69	0,09	0,08	45	12,14	1,1
	Поджарка из рыбы	120	62,08	252,7	12,9	14,7	25,9	167,8	1,2	23	128,28	0,2	0,2	245	1,1	0,8
	Картофельное пюре	180	22,03	212,1	7,1	7,5	25,95	25	1,3	15	28,9	0,04	0,08	0	1,1	1,9
	Компот из смеси сухофруктов	200	8,13	114,8	0,7	0,05	27,6	32,3	0,5	17,5	21,9	0,01	0,06	0	1,6	1
	Хлеб пшеничный йодированный	30	3,24	76,23	2,37	0,3	14,49	6,9	0,33	9,9	26,1	0,03	0,08	0	0	0,39
	Хлеб ржаной	50	5,40	115	3,45	0,55	16,2	11,5	1,55	12,5	53	0,06	0,06	0	0	0,45
Итого расчетная стоимость			160,52													
Итого обед		960	160	965	31,5	32,2	134,05	420	6,3	105	420	0,49	0,6	315	24,5	5,96
Полдник 7-11 лет																
	Сок фруктовый в т/п	200	25,00	102	5,5	5,2	7,1	73	0,2	13,5	72	0,02	0,1	32	1,4	0
	Фрукты свежие (груша), 1 шт.	125	55,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4	0,16
	Пирожное "Песочное кольцо"	50	20,00	86	1,8	2,3	22,6	1	0,4	4,5	17	0,07	0,02	3	0,6	0,26
Итого полдник		375	100	235	7,7	7,9	33,5	110	1,2	25	110	0,12	0,14	70	6	0,42
Полдник 12-18 лет																
	Сок фруктовый в т/п	200	25,00	102	5,5	5,2	7,1	73	0,2	13,5	72	0,02	0,01	32	1,4	0
	Фрукты свежие (груша), 1 шт.	125	55,00	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4	0,16
	Пирожное "Песочное кольцо"	50	20,00	110	3,1	3,6	27,4	11	1	9,5	27	0,09	0,07	23	1,6	0,26
Итого полдник		375	100	259	9	9,2	38,3	120	1,8	30	120	0,14	0,1	90	7	0,42
Итого день 7-11 лет		1775	360	1645	53,9	55,3	234,5	770	8,4	175	770	0,84	0,98	490	42	7,85
Итого день 12-18 лет		1925	360	1904	63	64,4	268,1	840	12,6	210	840	0,98	1,1	630	49	8,62

ощая производством

Handwritten signature

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

Калькулятор

Handwritten signature

20.05.2023

Согласовано Директор МБОУ СОШ №

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

Неделя: Третья

День: Суббота

Вариант № 18

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Энергетическая ценность	Пищевые вещества			Минеральные вещества, мг					Витамины, мг				
					Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Fe	Mg	P	B1	B2	A(ретинол/сут)	C	E	
Завтрак 7-11 лет																	
	Пельмени мясные отварные промышленного производства, м/сл 240/10	250	135,17	390,6	15,23	19,23	50,7	252,4	2,17	44,6	218,7	0,18	0,26	160	14,97	1,02	
	Чай с сахаром, с молоком	200	11,32	80	0,07	0,02	15	11,1	0,28	1,4	12,8	0,07	0,05	15	0,03	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	50	5,40	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				151,89													
Итого завтрак		500	100	587,5	19,25	19,75	83,75	275	3	62,5	275	0,3	0,35	175	15	1,67	
Завтрак 12-18 лет																	
	Пельмени мясные отварные промышленного производства, м/сл 270/10	280	135,17	406,9	16,9	20,82	55,08	276,4	2,33	45,06	226,3	0,17	0,3	210	17,47	1,1	
	Чай с сахаром, с молоком	200	11,32	80	0,07	0,02	15	11,1	0,28	1,4	12,8	0,07	0,05	15	0,03	0	
	Хлеб пшеничный йодированный	70	7,56	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				154,05													
Итого завтрак		550	100	680	22,5	23	95,75	300	4,5	75	300	0,33	0,4	225	17,5	2,01	
Обед 7-11 лет																	
	Салат Витаминный 1 вариант	60	30,30	35,6	0,67	3,9	1	8,4	0,3	7,5	15,1	0,1	0,12	25	2,2	1	
	Суп картофельный с крупой(пшенной) с мясными фрикадельками 200/20	220	33,34	146,44	8,4	7,62	13,1	131,2	0,7	12,8	75,6	0,1	0,13	74	1,8	0,8	
	Печень тушеная в соусе	120	70,44	238,3	9,92	9,9	29,17	144,7	1,05	26,8	171	0,06	0,08	119	1	1,2	
	Каша рассыпчатая из крупы перловой, м/сл 150/5	155	15,93	210,1	3,8	5,7	36,6	76,6	0,5	19,1	61,5	0,08	0,1	27	0,4	0,7	
	Сок фруктовый(розлив)	200	19,44	76,3	0,9	0	18	12,6	0,5	7,2	12,6	0,02	0,02	0	15,6	0,67	
	Хлеб пшеничный йодированный	20	2,16	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	3,24	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				174,85													
Итого обед		805	160	822,5	26,95	27,65	117,25	385	4,2	87,5	385	0,42	0,49	245	21	4,9	
Обед 12-18 лет																	
	Салат Витаминный 1 вариант	100	50,51	70,6	0,67	4,9	2	21,1	0,3	7,5	15,1	0,17	0,1	52	4,1	0,8	
	Суп картофельный с крупой(пшенной) с мясными фрикадельками 250/20	270	35,59	158,47	10,39	10,85	15,59	141,2	1,8	26,1	75,6	0,05	0,16	117	2,88	0,8	
	Печень тушеная в соусе	120	70,44	228,3	9,92	9,9	29,17	144,7	1,05	26,8	171	0,06	0,08	119	1	1,2	
	Каша рассыпчатая из крупы перловой, м/сл 180/5	185	17,90	240,1	3,8	5,7	38,6	82	0,77	15	66,6	0,1	0,1	27	0,92	1,8	
	Сок фруктовый(розлив)	200	19,44	76,3	0,9	0	18	12,6	0,5	7,2	12,6	0,02	0,02	0	15,6	0,67	
	Хлеб пшеничный йодированный	30	3,24	76,23	2,37	0,3	14,49	6,9	0,33	9,9	26,1	0,03	0,08	0	0	0,39	
	Хлеб ржаной	50	5,40	115	3,45	0,55	16,2	11,5	1,55	12,5	53	0,06	0,06	0	0	0,45	
Итого расчетная стоимость				202,52													
Итого обед		955	160	965	31,5	32,2	134,05	420	6,3	105	420	0,49	0,6	315	24,5	6,11	
Полдник 7-11 лет																	
	Кисло-молочный продукт(снежок)	200	36,40	102	5,5	5,2	7,1	73	0,2	13,5	72	0,05	0,1	32	1,4	0	
	Фрукты свежие (киви), 1 шт.	125	38,60	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4	0,16	
	Кекс с творогом	50	25,00	86	1,8	2,3	22,6	1	0,4	4,5	17	0,04	0,02	3	0,6	0,26	
Итого полдник		375	100,00	235	7,7	7,9	33,5	110	1,2	25	110	0,12	0,14	70	6	0,42	
Полдник 12-18 лет																	
	Кисло-молочная продукция(снежок)	200	36,40	126	6,8	6,5	11,9	83	0,8	18,5	82	0,04	0,06	52	2	0	
	Фрукты свежие (киви), 1 шт.	125	38,60	47	0,4	0,4	3,8	36	0,6	7	21	0,03	0,02	35	4	0,16	
	Кекс творожный	50	25,00	86	1,8	2,3	22,6	1	0,4	4,5	17	0,07	0,02	3	1	0,26	
Итого полдник		375	100,00	259	9	9,2	38,3	120	1,8	30	120	0,14	0,1	90	7	0,42	
Итого день		1680	360	1645	53,9	55,3	234,5	770	8,4	175	770	0,84	0,98	490	42	6,99	
Итого день		1880	360	1904	63	64,4	268,1	840	12,6	210	840	0,96	1,1	630	49	8,54	

Заведующая производством

Калькулятор

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!