



МЕНЮ

12-18 лет

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Блинчики с вишневым фаршем	215	9,4	11,9	77,4	450,6
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,1		10,0	40,0
Джем порционный	20			13,6	56,4
Яблоко	120	0,5	0,5	11,8	56,4
Стоимость комплекса 65 руб.		10,0	12,4	112,8	603,4
Обед					
Суп картофельный с горохом и курой	250/10	8,9	2,9	19,9	142,4
Тфтели Сочные с соусом красным основным	70/50	9,7	16,7	9,9	229,5
Макароны отварные	180	6,6	5,4	31,5	200,5
Компот из клубники	200	0,1	0,1	27,8	115,0
Хлеб ржаной	21	1,4	0,3	7,0	36,5
Батон йодированный	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Печенье в асс.	20	1,1	6,9	11,9	111,0
Стоимость комплекса 65 руб.		29,3	32,9	118,3	887,3
Полдник					
Молоко в инд. упаковке	200	2,9	2,5	4,8	106,0
Яблоко	120	0,5	0,5	11,8	56,4
Хачапури с сыром	75	11,0	8,3	30,7	241,8
Стоимость комплекса 65 руб.		14,4	11,3	47,3	404,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		53,7	56,6	278,4	1 894,9

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Дзюина А.А.

1 неделя



МЕНЮ
12-18 лет
ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Биточек Мясной	90	12,2	22,4	11,7	303,3
Картофельное пюре	150	3,1	4,8	20,2	136,1
Огурец свежий	45	0,3		0,9	4,8
Чай с сахаром	200/15	0,1		15,0	60,0
Булочка домашняя	50	3,6	6,3	22,1	159,6
Стоимость комплекса 65 руб.		19,3	33,5	69,9	663,8
Обед					
Суп картофельный с рыбными консервами	260	4,3	2,6	19,8	120,3
Гуляш из мяса кур	50/50	12,5	11,4	3,6	167,5
Рис отварной	200	4,8	5,6	49,6	269,2
Напиток из смеси сухофруктов	200	0,6		32,0	132,9
Хлеб ржаной	32	2,1	0,4	10,7	55,7
Батон йодированный	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Стоимость комплекса 65 руб.		25,8	20,6	126,0	798,0
Полдник					
Сок фруктовый в инд. упаковке	200			20,2	88,0
Груша	120	0,5	0,4	12,4	56,4
Язычок слоеный	45	3,1	10,7	23,9	203,7
Стоимость комплекса 65 руб.		3,6	11,1	56,5	348,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		48,7	65,2	252,4	1 809,9

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Дзюина А.А.



МЕНЮ

12-18 лет

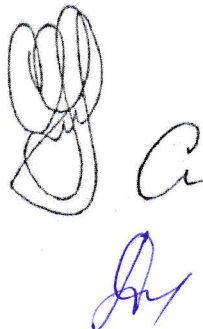
ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Пирог Манник	170	9,4	26,3	82,7	610,5
Напиток Имунеле	100	2,6	1,5	12,1	74,0
Чай с лимоном	200/15/3	0,1		15,2	62,0
Яблоко	120	0,5	0,5	11,8	56,4
Стоимость комплекса 65 руб.		12,6	28,3	121,8	802,9
Обед					
Суп с макаронными изделиями и курой	250/10	4,3	5,8	52,0	132,0
Котлета Лакомка	100	13,6	19,3	10,4	287,1
Рагу овощное	200	3,6	14,9	17,3	218,8
Напиток из смеси свежих плодов с/м	200	0,3	0,1	34,8	143,0
Хлеб ржаной	41	2,7	0,5	13,7	71,3
Стоимость комплекса 65 руб.		24,5	40,6	128,2	852,2
Полдник					
Сок фруктовый в инд. упаковке	200			20,2	88,0
Вафли/конфета в асс.	20	7,3	9,6	48,8	62,0
Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38,0
Булочка сахарная	50	4,8	4,8	31,6	189,3
Стоимость комплекса 65 руб.		12,9	14,6	108,1	377,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		50,0	83,5	358,1	2 032,4

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством



Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Дзюина А.А.



МЕНЮ

12-18 лет

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Тефтели Сочные с соусом красным основным	70/50	9,7	16,7	9,9	229,5
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,5	6,0	38,1	240,0
Огурец свежий	40	0,2		0,8	4,3
Батон йодированный	21	1,6	0,6	10,8	55,0
Сок фруктовый	200			20,2	88,0
Печенье в асс.	20	1,1	6,9	11,9	111,0
Стоимость комплекса 65 руб.		21,1	30,2	91,7	727,8
Обед					
Борщ из свежей капусты с картофелем	250	1,7	4,3	10,3	97,0
Плов со свининой	250	18,0	15,0	38,4	364,0
Кукуруза консервированная отварная	15	0,3		1,7	8,7
Напиток из яблок сушеных	200	0,2		17,1	69,9
Хлеб ржаной	21	1,4	0,3	7,0	36,5
Батон йодированный	22	1,7	0,6	11,3	57,6
Булочка домашняя	50	3,6	6,3	22,1	159,6
Стоимость комплекса 65 руб.		26,9	26,5	107,9	793,3
Полдник					
Молоко в инд. упаковке	200	2,9	2,5	4,8	106,0
Яблоко	120	0,5	0,5	11,8	56,4
Хачапури с сыром	75	11,0	8,3	30,7	241,8
Стоимость комплекса 65 руб.		14,4	11,3	47,3	404,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		62,4	68,0	246,9	1 925,3

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Дзюина А.А.



МЕНЮ

12-18 лет

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Птица тушенная в соусе красном осн.	70/50	18,1	17,5	3,3	265,4
Макароны отварные	150	5,5	4,5	26,2	167,1
Помидор свежий	47	0,7	0,1	1,9	12,4
Батон йодированный	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Чай с сахаром	200/15	0,1		15,0	60,0
Стоимость комплекса 65 руб.		25,9	22,7	56,7	557,3
Обед					
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом	255	2,5	3,2	9,0	75,4
Медальон из курицы	100	20,4	13,9	21,4	296,7
Картофельное пюре	180	3,7	5,7	24,2	163,1
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,1		10,0	40,0
Хлеб ржаной	29	1,9	0,3	9,7	50,5
Булочка сахарная	50	4,6	4,7	30,3	182,1
Стоимость комплекса 65 руб.		33,2	27,8	104,6	807,8
Полдник					
Сок фруктовый в инд.упак.	200			20,2	88,0
Груша	120	0,5	0,4	12,4	56,4
Язычок слоеный	45	3,1	10,7	23,9	203,7
Стоимость комплекса 65 руб.		3,6	11,1	56,5	348,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		62,7	61,6	217,8	1 713,2

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Дзюина А.А.

Директор филиала школы
И.И. ИС



МЕНЮ

12-18 лет

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Шницель из свинины	90	11,4	29,3	11,8	355,7
Картофель отварной	180	3,6	4,6	29,4	178,3
Огурец соленый	35	0,4		0,8	3,9
Батон йодированный	27	2,0	0,8	13,9	70,7
Чай с лимоном	200/15/8	0,3		15,2	63,6
Стоимость комплекса 65 руб.		17,7	34,7	71,1	672,2
Обед					
Суп с макаронными изделиями и курой	250/10	4,3	5,8	52,0	132,0
Гуляш из свинины	50/50	10,7	25,7	4,5	322,4
Рис отварной	200	4,8	5,6	49,6	269,2
Чай с сахаром	200/15	0,1		15,0	60,0
Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	43,5
Стоимость комплекса 65 руб.		21,6	37,4	129,5	827,1
Полдник					
Сок фруктовый в инд. упаковке	200			20,2	88,0
Вафли/конфета в асс.	20	7,3	9,6	48,8	62,0
Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38,0
Булочка сахарная	50	4,8	4,8	31,3	187,6
Стоимость комплекса 65 руб.		5,6	5,0	59,0	313,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		44,9	77,1	259,6	1 812,9

Генеральный директор

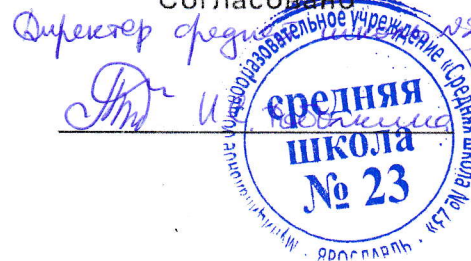
Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Дзюина А.А.



МЕНЮ

12-18 лет

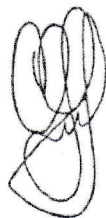
ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Биточек Школьный	100	14,2	17,3	12,7	277,9
Макароны отварные	150	5,5	4,5	26,2	167,1
Огурец свежий	55	0,3		1,1	5,9
Чай с лимоном	200/15/5	0,2		15,2	62,6
Батон йодированный	27	2,0	0,8	13,9	70,7
Стоимость комплекса 65 руб.		22,2	22,6	69,1	584,2
Обед					
Суп картофельный с горохом	250	5,5	5,3	16,5	148,0
Птица тушенная в томатном соусе с овощами	50/50	13,0	14,9	3,4	216,4
Каша гречневая рассыпчатая	200	11,3	8,0	50,6	319,3
Напиток из смеси свежих плодов с/м	200	0,3	0,1	34,8	143,0
Хлеб ржаной	51	3,4	0,6	17,0	88,7
Стоимость комплекса 65 руб.		33,5	28,9	122,3	915,4
Полдник					
Молоко в инд. упаковке	200	2,9	2,5	4,8	106,0
Яблоко	120	0,5	0,5	11,8	56,4
Хачапури с сыром	75	11,0	8,3	30,7	241,8
Стоимость комплекса 65 руб.		14,4	11,3	47,3	404,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		70,1	62,8	238,7	1 903,8

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством





Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Дзюина А.А.



МЕНЮ

12-18 лет

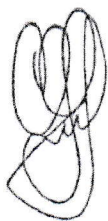
ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Блинчики с вишневым фаршем	215	9,4	11,9	77,4	450,6
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,1		10,0	40,0
Джем порционный	20			13,6	56,4
Яблоко	120	0,5	0,5	11,8	56,4
		10,0	12,4	112,8	603,4
Обед					
Борщ из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	255/10	2,8	4,4	12,8	105,3
Тефтели Сочные с соусом красным основным	70/50	9,7	16,7	9,9	229,5
Рис отварной	180	4,3	5,1	44,7	242,5
Напиток из смеси сухофруктов	200	0,6		32,0	132,9
Хлеб ржаной	34	2,2	0,4	11,4	59,2
Батон йодированный	25	1,9	0,7	12,9	65,5
		21,5	27,3	123,7	834,9
Полдник					
Сок фруктовый в инд упаковке	200			20,2	88,0
Груша	120	0,5	0,4	12,4	56,4
Язычок слоеный	45	3,1	10,7	23,9	203,7
		3,6	11,1	56,5	348,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		35,1	50,8	293,0	1 786,4

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав.производством





Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Дзюина А.А.



МЕНЮ

12-18 лет

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша "Дружба" молочная жидкая с маслом сливочным	200/5	5,4	10,1	39,4	273,0
Какао с молоком витамин.	200	4,1	3,5	17,6	119,0
Кекс сливочный	71	6,3	9,1	39,0	263,1
Груша	120	0,5	0,4	12,4	56,4
		16,3	23,1	108,4	711,5
Обед					
Суп картофельный с яйцом	250	3,7	5,8	19,9	147,7
Гуляш из свинины	50/50	10,7	25,7	4,5	322,4
Каша перловая рассыпчатая	180	5,5	5,1	38,6	227,7
Чай с лимоном	200/15/5	0,2		15,2	62,6
Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	10,0	52,2
Батон йодированный	28	2,1	0,8	14,4	73,4
		24,2	37,8	102,6	886,0
Полдник					
Сок фруктовый в инд. упаковке	200			20,2	88,0
Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38,0
Вафли/конфета в асс.	20	7,3	9,6	48,8	62,0
Булочка сахарная	50	4,8	4,8	31,3	187,6
		12,9	14,6	107,8	375,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		53,4	75,5	318,8	1 973,1

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Дзюина А.А.



МЕНЮ

12-18 лет

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Запеканка творожная с молоком сгущенным	150/40	26,8	12,8	42,3	409,3
Батон йодированный	33	2,5	1,0	17,0	86,5
Чай с лимоном	200/15/7	0,3		15,2	63,3
Яблоко	120	0,5	0,5	11,8	56,4
Стоимость комплекса 65 руб.		30,1	14,3	86,3	615,5
Обед					
Щи из свежей капусты с картофелем и мясом	255	2,5	5,3	9,0	94,3
Шницель из свинины	100	12,6	32,6	13,2	396,9
Макароны отварные	200	7,3	6,0	34,9	222,6
Чай с сахаром	200/15	0,1		15,0	60,0
Хлеб ржаной	22	1,5	0,3	7,3	38,3
Батон йодированный	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Стоимость комплекса 65 руб.		25,5	44,8	89,7	864,5
Полдник					
Молоко в инд. упаковке	200	2,9	2,5	4,8	106,0
Яблоко	120	0,5	0,5	11,8	56,4
Хачапури с сыром	75	11,0	8,3	30,7	241,8
Стоимость комплекса 65 руб.		14,4	11,3	47,3	404,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		70,0	70,4	223,3	1 884,2

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Дзюина А.А.



МЕНЮ

12-18 лет

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Котлета Лакомка	100	13,6	19,3	10,4	287,1
Рис отварной	150	3,6	4,2	37,2	201,5
Помидор свежий	40	0,6	0,1	1,6	10,6
Батон йодированный	25	1,9	0,7	12,9	65,5
Печенье Венское	30	1,7	10,4	17,9	166,5
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,1		10,0	40,0
Стоимость комплекса 65 руб.		21,5	34,7	90,0	771,2
Обед					
Рассольник Ленинградский с курой	250/10	4,5	7,7	12,4	143,0
Жаркое по-домашнему	250	10,1	9,6	41,3	293,2
Напиток из смеси сухофруктов	200	0,6		32,0	132,9
Хлеб ржаной	31	2,0	0,4	10,4	53,9
Пирожок с конфитюром	60	3,5	1,4	34,6	164,0
Стоимость комплекса 65 руб.		20,7	19,1	130,7	787,0
Полдник					
Сок фруктовый в инд. упаковке	200			20,2	88,0
Язычок слоеный	45	3,1	10,7	23,9	203,7
Груша	120	0,5	0,4	12,4	56,4
Стоимость комплекса 65 руб.		3,6	11,1	56,5	348,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		45,8	64,9	277,2	1 906,3

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Дзюина А.А.



МЕНЮ

12-18 лет

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Бризоль куриная	90	20,0	15,0	5,5	245,3
Картофельное пюре	180	3,7	5,7	24,3	163,3
Огурец свежий	37	0,2		0,7	3,9
Чай с сахаром	200/15	0,1		15,0	60,0
Батон йодированный	25	1,9	0,7	12,9	65,5
Джем порционный	20			13,6	56,4
Стоимость комплекса 65 руб.		25,9	21,4	72,0	594,4
Обед					
Суп крестьянский вегет.	250	1,9	4,4	14,5	107,1
Печень по-строгановски	50/50	13,2	11,2	3,5	184,8
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	7,2	45,6	287,8
Чай с сахаром	200/15	0,1		15,0	60,0
Хлеб ржаной	32	2,1	0,4	10,7	55,7
Булочка домашняя	30	2,2	3,8	13,3	95,8
Стоимость комплекса 65 руб.		29,7	27,0	102,6	791,2
Полдник					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200			20,2	88,0
Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38,0
Вафли/конфета в асс.	20	7,3	9,6	48,8	62,0
Булочка сахарная	50	4,8	4,8	31,3	187,6
Стоимость комплекса 65 руб.		12,9	14,6	107,8	375,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		68,5	63,0	282,4	1 761,2

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав.производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Дзюина А.А.