

ООО "Комбинат социального питания"

1 неделя

*Директор  
Средней школы № 23*



Согласовано

## МЕНЮ 12-18 лет

### 1 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Каша "Дружба" молочная жидкая с маслом сливочным	200/5	5,4	10,1	39,4	273,0
Какао с молоком витаминизированный	200	4,1	3,5	17,6	119,0
Кекс сливочный	77	6,8	9,8	41,9	282,6
Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38,0
Цена комплекса 65 руб. <b>Итого за прием пищи:</b>	<b>582</b>	<b>17,1</b>	<b>23,6</b>	<b>106,4</b>	<b>712,6</b>
<b>Обед</b>					
Суп картофельный с горохом лущеным	250	5,5	5,3	16,5	148,0
Котлета "Лакомка"	100	13,6	19,3	10,4	287,1
Макаронные изделия отварные	180	7,5	4,9	48,0	270,8
Кукуруза консервированная отварная	15	0,2	0,0	1,5	7,4
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	69,6
Цена комплекса 65 руб. <b>Итого за прием пищи:</b>	<b>800</b>	<b>29,5</b>	<b>30,0</b>	<b>104,8</b>	<b>842,9</b>
<b>Полдник</b>					
Молоко в индивид.упаковке витаминизированное	200	5,8	6,4	9,4	120,0
Груша	130	0,5	0,4	13,4	61,1
Булочка сахарная	30	2,8	2,8	18,7	111,1
Цена комплекса 65 руб. <b>Итого за прием пищи:</b>	<b>360</b>	<b>9,1</b>	<b>9,6</b>	<b>41,5</b>	<b>292,2</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>55,7</b>	<b>63,2</b>	<b>252,7</b>	<b>1 847,7</b>

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Дзюина А.А.

ООО "Комбинат социального питания"

1 неделя

/Директор  
средней школы № 23



Согласовано

И.С. Тодолкин

## МЕНЮ 12-18 лет

### 2 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
Шницель из свинины рубленый	90	12,5	21,4	11,8	288,2	
Рис отварной	180	4,3	5,1	44,6	241,8	
Батон йодированный	22	1,7	0,6	11,3	57,6	
Чай с лимоном	200/15/5	0,2	0,0	15,2	62,6	
Ватрушка с конфитюром	60	7,4	4,4	23,4	161,6	
Цена комплекса 65 руб.	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>572</b>	<b>26,0</b>	<b>31,5</b>	<b>106,3</b>	<b>811,8</b>
<b>Обед</b>						
Суп с макаронными изделиями и мясом	250/5	3,2	3,3	15,7	105,7	
Гуляш из свинины	50/50	11,8	18,3	4,5	248,4	
Каша перловая рассыпчатая	200	6,1	5,7	42,9	253,2	
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0	
Хлеб ржаной	34	2,2	0,4	11,4	59,2	
Батон йодированный	25	1,9	0,7	12,9	65,5	
Цена комплекса 65 руб.	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>829</b>	<b>25,3</b>	<b>28,4</b>	<b>102,4</b>	<b>792,0</b>
<b>Полдник</b>						
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	0,0	0,0	20,2	88,0	
Кисломолочный напиток в инд.упак.	100	2,6	1,5	12,6	74,0	
Булочка с конфитюром	60	3,3	3,0	33,9	175,8	
Цена комплекса 65 руб.	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>360</b>	<b>5,9</b>	<b>4,5</b>	<b>66,7</b>	<b>337,8</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>57,2</b>	<b>64,4</b>	<b>275,4</b>	<b>1 941,6</b>	

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Дзюина А.А.

ООО "Комбинат социального питания"

1 неделя

*Директор*  
*Средней школы №23*

Согласовано

*И.С. Тюбелин*



## МЕНЮ 12-18 лет

### 3 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Омлет натуральный с маслом сливочным	130/5	13,0	17,6	2,5	247,2
Зелёный горошек консервированный отварной	20	0,7	0,0	1,1	6,8
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Булочка домашняя с сыром	50/2	3,6	6,3	22,0	159,0
Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	61,1
Цена комплекса 65 руб. <b>Итого за прием пищи:</b>	<b>552</b>	<b>17,9</b>	<b>24,4</b>	<b>53,3</b>	<b>534,1</b>
<b>Обед</b>					
Рассольник Ленинградский	250	2,0	5,0	12,0	107,0
Тефтели "Сочные" с соусом томатным с овощами	50/50	7,1	12,7	8,3	177,4
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	7,2	45,6	287,8
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Хлеб ржаной	21	1,4	0,3	7,0	36,5
Батон йодированный	23	1,7	0,7	11,8	60,3
Печенье в асс.	20	1,1	6,9	11,9	111,0
Цена комплекса 65 руб. <b>Итого за прием пищи:</b>	<b>809</b>	<b>23,6</b>	<b>32,8</b>	<b>111,6</b>	<b>840,0</b>
<b>Полдник</b>					
Молоко в индивид.упаковке витаминизированное	200	5,8	6,4	9,4	120,0
Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38,0
Рулет Эстонский с сыром	50	6,6	7,1	23,2	189,4
Цена комплекса 65 руб. <b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>13,2</b>	<b>13,7</b>	<b>40,1</b>	<b>347,4</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>54,7</b>	<b>70,8</b>	<b>205,1</b>	<b>1 721,4</b>

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

*Дзюина А.А.*

ООО "Комбинат социального питания"

1 неделя

Директор  
Средней школы №23

Согласовано

И.С. Тоделкин



### МЕНЮ 12-18 лет

#### 4 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	
		Белки, г	Жиры, г	Углевод		
<b>Завтрак</b>						
Котлета "Лакомка"	100	13,6	19,3	10,4	287,1	
Макаронные изделия отварные	200	8,4	5,4	53,4	301,1	
Бутерброд с сыром	15/25	5,8	4,6	12,9	117,1	
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0	
Цена комплекса 65 руб.	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>555</b>	<b>27,9</b>	<b>29,3</b>	<b>91,7</b>	<b>765,3</b>
<b>Обед</b>						
Борщ из свежей капусты с картофелем	250	15,5	4,9	10,9	103,8	
Жаркое по-домашнему с мясом	220	8,9	8,4	36,4	258,3	
Чай с лимоном	200/15/10	0,3	0,0	15,3	64,3	
Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	43,5	
Батон йодированный	29	2,2	0,8	14,9	76,0	
Манник	70	4,0	10,8	34,0	251,8	
Цена комплекса 65 руб.	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>819</b>	<b>32,6</b>	<b>25,2</b>	<b>119,9</b>	<b>797,7</b>
<b>Полдник</b>						
Молоко в индивид.упаковке витаминизированное	200	5,8	6,4	9,4	120,0	
Груша	130	0,5	0,4	13,4	61,1	
Булочка Домашняя с сахаром	30	4,6	4,7	30,5	183,1	
Цена комплекса 65 руб.	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>380</b>	<b>10,9</b>	<b>11,5</b>	<b>53,3</b>	<b>364,2</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>71,4</b>	<b>66,0</b>	<b>264,9</b>	<b>1 927,2</b>	

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Дзюина А.А.

ООО "Комбинат социального питания"

1 неделя

Директор  
Средней школы № 23



Согласовано

С. Поддубинский

## МЕНЮ 12-18 лет

### 5 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки, г	Жиры, г	Углевод	
<b>Завтрак</b>					
Медальон из курицы	90	18,4	12,5	19,2	266,9
Пюре картофельное	180	4,0	5,4	26,4	177,7
Огурец соленый	31	0,4	0,0	0,7	3,5
Батон йодированный	35	2,6	1,0	18,0	91,7
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Цена комплекса 65 руб. <b>Итого за прием пищи:</b>	<b>551</b>	<b>25,5</b>	<b>18,9</b>	<b>79,3</b>	<b>599,8</b>
<b>Обед</b>					
Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,7	4,4	9,0	83,3
Гуляш из мяса кур	50/50	12,5	11,4	3,6	167,5
Рис отварной	180	4,3	5,1	44,5	241,6
Чай с лимоном	200/15/5	0,2	0,0	15,2	62,6
Хлеб ржаной	32	2,1	0,4	10,7	55,7
Булочка Домашняя с сахаром	50	4,6	4,7	30,5	183,1
Цена комплекса 65 руб. <b>Итого за прием пищи:</b>	<b>832</b>	<b>25,4</b>	<b>25,9</b>	<b>113,6</b>	<b>793,8</b>
<b>Полдник</b>					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	0,0	0,0	20,2	88,0
Кисломолочный напиток в инд.упак.	100	2,6	1,5	12,6	74,0
Булочка с конфитуром	60	3,3	3,0	33,9	175,8
Цена комплекса 65 руб. <b>Итого за прием пищи:</b>	<b>360</b>	<b>5,9</b>	<b>4,5</b>	<b>66,7</b>	<b>337,8</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>56,8</b>	<b>49,3</b>	<b>259,6</b>	<b>1 731,4</b>

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Дзюина А.А.