

ООО "Комбинат социального питания"

2 неделя

*/Директор
Средней школы №23*



Согласовано

И.С. Подолкина

МЕНЮ 12-18 лет

1 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Биточек "Мясной"	90	12,7	18,5	11,6	269,6
Макаронные изделия отварные	200	8,4	5,4	53,4	301,1
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Батон йодированный	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Печенье в асс.	20	1,1	6,9	11,9	111,0
Цена комплекса 65 руб. Итого за прием пищи:	555	24,6	31,7	107,3	820,3
Обед					
Суп картофельный с горохом лущеным	250	5,5	5,3	16,5	148,0
Птица тушенная в томатном соусе с овощами	50/50	11,7	13,2	3,4	194,8
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	7,2	45,7	288,1
Чай с лимоном	200/15/3	0,1	0,0	15,2	62,0
Хлеб ржаной	54	3,6	0,6	18,0	94,0
Цена комплекса 65 руб. Итого за прием пищи:	802	31,1	26,3	98,8	786,9
Полдник					
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. Итого за прием пищи:	360	9,1	9,6	41,5	292,2
Всего за день:		64,8	67,6	247,6	1 899,4

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Дзюина А.А.

ООО "Комбинат социального питания"

2 неделя

Директор

Средней школы № 23



Согласовано

И.С. Тодолкин

МЕНЮ 12-18 лет

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Гуляш из свинины	45/45	9,6	25,4	2,6	277,9	
Рис отварной	150	3,6	4,2	37,2	201,5	
Батон йодированный	31	2,3	0,9	15,9	81,2	
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0	
Ватрушка с творогом	75	9,2	5,5	29,2	202,0	
Цена комплекса 65 руб.	Итого за прием пищи:	561	24,7	36,1	99,9	822,6
Обед						
Суп картофельный с яйцом	250	3,7	5,8	19,9	147,7	
Тефтели "Сочные" с соусом томатным с овощами	50/50	7,1	12,6	8,2	176,3	
Рагу овощное	200	3,6	14,8	17,3	218,6	
Напиток из смеси свежих плодов	200	0,3	0,1	34,8	143,0	
Хлеб ржаной	32	2,1	0,4	10,7	55,7	
Батон йодированный	18	1,4	0,5	9,3	47,2	
Цена комплекса 65 руб.	Итого за прием пищи:	800	18,2	34,2	100,2	788,5
Полдник						
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.	Итого за прием пищи:	360	5,9	4,5	66,7	337,8
Всего за день:		48,8	74,8	266,8	1 948,9	

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Дзюина А.А.

ООО "Комбинат социального питания"

2 неделя

Директор
Средней школы № 23



Согласовано

И.С. Подолкина

МЕНЮ 12-18 лет

3 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Котлета "Лакомка"	100	13,6	19,3	10,4	287,1	
Пюре картофельное	150	3,3	4,4	22,0	147,8	
Чай с лимоном	200/15/6	0,3	0,0	15,2	62,9	
Хлеб ржаной	29	1,9	0,3	9,7	50,5	
Булочка с посыпкой	50	4,6	5,1	28,6	179,0	
Цена комплекса 65 руб.	Итого за прием пищи:	550	23,7	29,1	85,9	727,3
Обед						
Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	2,6	5,9	17,4	135,9	
Гуляш из мяса кур	50/50	12,5	11,4	3,6	167,5	
Макаронные изделия отварные	200	8,4	5,4	53,4	301,1	
Напиток из смеси сухофруктов	200	0,6	0,0	32,0	132,9	
Хлеб ржаной	41	2,7	0,5	13,7	71,3	
Цена комплекса 65 руб.	Итого за прием пищи:	801	26,8	23,2	120,1	808,7
Полдник						
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.	Итого за прием пищи:	350	13,2	13,7	40,1	347,4
Всего за день:		63,7	65,9	246,1	1 883,3	

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Дзюина А.А.

ООО "Комбинат социального питания"

2 неделя

Директор
Средней школы № 23



Согласовано

И.С. Тодолкин

МЕНЮ 12-18 лет

4 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Спагетти отварные	180	7,8	4,9	49,6	278,9	
Гуляш "Болоньезе"	75	8,6	10,0	5,4	159,3	
Батон йодированный	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0	
Блинчик с вишней	70	3,2	4,0	26,1	105,6	
Цена комплекса 65 руб.	Итого за прием пищи:	560	21,2	19,5	106,4	656,2
Обед						
Борщ из свежей капусты с картофелем	250	1,7	4,3	10,3	97,0	
Плов со свиной	200	12,3	16,4	43,3	384,0	
Кукуруза консервированная отварная	18	0,3	0,0	1,8	8,9	
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0	
Хлеб ржаной	48	3,2	0,6	16,0	83,5	
Манник	70	4,0	10,8	34,0	251,8	
Цена комплекса 65 руб.	Итого за прием пищи:	801	21,6	32,1	120,4	885,2
Полдник						
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.	Итого за прием пищи:	380	10,9	11,5	53,3	364,2
Всего за день:		53,6	63,1	280,1	1 905,6	

Генеральный директор

Ивченко С.В.

Бухгалтер-калькулятор

Стремянова Ю.Ю.

Зав. производством

Дзюина А.А.

ООО "Комбинат социального питания"

2 неделя

Директор
средней школы № 23

Согласовано

И.С. Тодолкина

МЕНЮ 12-18 лет



5 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Запеканка творожная с молоком сгущенным	150/25	31,5	13,7	38,9	428,0	
Батон йодированный	33	2,5	1,0	17,0	86,5	
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0	
Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	61,1	
Цена комплекса 65 руб.	Итого за прием пищи:	553	34,6	15,2	83,6	635,6
Обед						
Суп с макаронными изделиями и мясом	250/5	4,3	5,8	52,0	132,0	
Тефтели "Крепыш" со сметан-томат.соусом	80/50	12,9	16,7	12,6	268,5	
Рис отварной	180	4,3	5,1	44,6	241,8	
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	22	1,7	0,6	11,3	57,6	
Цена комплекса 65 руб.	Итого за прием пищи:	823	24,7	28,5	142,5	796,4
Полдник						
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.	Итого за прием пищи:	360	5,9	4,5	66,7	337,8
Всего за день:		65,2	48,2	292,8	1 769,8	

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Дзюина А.А.