

ООО "Комбинат социального питания"

2 неделя

Директор
средней школы №23



МЕНЮ 12-18 лет

1 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Биточек мясной	90	12,7	18,5	11,7	270,2	
Макаронные изделия отварные	180	7,5	4,9	48,0	270,8	
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0	
Батон йодированный	28	2,1	0,8	14,4	73,4	
Кекс сливочный	45	4,0	5,7	24,5	165,2	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 65руб.	558	26,4	29,9	113,6	839,6
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 сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0	
Хлеб ржаной	58	3,8	0,7	19,4	100,9	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 65руб.	803	31,3	26,4	100,0	791,8
Полдник						
Молоко в индивид.упаковке витаминизированное	200	5,8	6,4	9,4	120,0	
Яблоко	130	0,5	0,4	13,4	61,1	
Пирог с яйцом	60	6,5	7,6	22,6	184,8	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 65руб.	390	12,8	14,4	45,4	365,9
Всего за день:		70,5	70,7	259,0	1 997,3	

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Дзюина А.А.

ООО "Комбинат социального питания"

2 неделя

Директор

средняя школа №23



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	50/50	10,6	28,2	2,9	308,5	
Рис отварной	150	3,9	4,7	40,2	224,5	
Батон йодированный	24	1,8	0,7	12,3	62,9	
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	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 65руб.	564	25,6	39,1	99,6	857,9
Обед						
Суп картофельный с яйцом	250	3,7	5,8	19,9	147,7	
Тефтели "Сочные" с соусом томатным с овощами	50/50	7,2	12,9	8,4	179,7	
Рагу овощное	200	3,6	14,8	17,3	218,6	
Напиток из смеси свежих плодов с/м	200	0,3	0,1	34,8	143,0	
Хлеб ржаной	28	1,8	0,3	9,4	48,7	
Батон йодированный	30	2,3	0,9	15,4	78,6	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 65руб.	808	18,9	34,8	105,2	816,3
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 домашняя	50	3,6	6,4	22,1	160,0	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 65руб.	350	6,2	7,9	54,9	322,0
Всего за день:		50,7	81,8	259,7	1 996,2	

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



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	
Батон йодированный	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,1	0,0	10,0	40,0	
Булочка домашняя	70	5,1	8,9	31,0	223,9	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 65руб.	550	23,6	33,2	83,7	751,2
Обед						
Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	2,6	5,9	17,4	135,9	
Гуляш из мяса кур	50/50	11,8	13,2	3,2	194,4	
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	
Хлеб ржаной	36	2,4	0,4	12,0	62,6	
Батон йодированный	29	2,2	0,8	14,9	76,0	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 65руб.	840	27,5	25,7	115,9	830,0
Полдник						
Молоко в индивид.упаковке витаминизированное	200	5,8	6,4	9,4	120,0	
Пирог с яблоками	100	6,1	5,9	53,7	293,9	
Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	61,1	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 65руб.	430	12,4	12,8	75,8	475,0
Всего за день:		63,5	71,7	275,4	2 056,2	

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



МЕНЮ 12-18 лет

4 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Спагетти отварные с соусом "Болоньезе"	180/75	16,4	14,9	55,0	438,2	
Батон йодированный	22	1,7	0,6	11,3	57,6	
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,1	0,0	10,0	40,0	
Блинчик с вишневым фаршем	70	3,2	4,0	26,1	105,6	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 65руб.	557	21,4	19,5	102,4	641,4
Обед						
Борщ из свежей капусты с картофелем и курой	250/10	4,6	2,5	12,5	93,1	
Плов со свиной	220	13,5	18,1	47,5	422,5	
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0	
Хлеб ржаной	38	2,5	0,5	12,7	66,1	
Пирог Манник	70	4,0	10,8	34,0	251,8	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 65руб.	803	24,7	31,9	121,7	893,5
Полдник						
Молоко в индивид.упаковке витаминизированное	200	5,8	6,4	9,4	120,0	
Яблоко	130	0,5	0,4	13,4	61,1	
Пирог с яйцом	60	6,5	7,6	22,6	184,8	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 65руб.	390	12,8	14,4	45,4	365,9
Всего за день:			58,9	65,8	269,5	1 900,8

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



МЕНЮ 12-18 лет

5 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
Пудинг творожный с молоком сгущенным	130/20	20,8	8,4	34,5	314,4	
Булочка с посыпкой	60	5,5	6,2	34,4	214,9	
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,1	0,0	10,0	40,0	
Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	61,1	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 65руб.	550	26,9	15,1	91,6	630,4
Обед						
Суп с макаронными изделиями и мясом	255	4,3	5,8	52,0	132,0	
Котлета рыбная с соусом томатным с овощами	70/30	9,8	8,9	9,4	161,5	
Рис отварной	180	4,7	5,8	48,2	269,4	
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0	
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	
Булочка домашняя	30	2,8	2,8	17,6	106,8	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 65руб.	800	23,0	23,5	148,9	764,5
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 домашняя	50	3,6	6,4	22,1	160,0	
Итого за прием пищи:	Цена комплекса 65руб.	350	6,2	7,9	54,9	322,0
Всего за день:		56,1	46,5	295,4	1 716,9	

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Дзюина А.А.