

ООО "Комбинат социального питания"

1 неделя



МЕНЮ 12-18 лет

1 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	220/10	6,8	10,5	39,0	292,4
Чай с лимоном	200/15/10	0,3	0,0	15,3	64,3
Батон йодированный	49	3,7	1,4	25,2	128,4
Сыр порционный в инд.упак.	16	3,6	2,4	0,0	46,0
Блинчик с вишневым фаршем	70	3,2	4,0	26,1	105,6
Цена комплекса 65руб. Итого за прием пищи:	590	17,6	18,3	105,6	636,7
Обед					
Суп картофельный с мясом	305	5,0	5,1	17,0	145,0
Тефтели Нежные мясные с соусом	50/50	6,3	14,6	10,5	158,0
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	7,2	45,7	288,1
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,1	0,0	10,0	40,0
Хлеб ржаной	28	1,8	0,3	9,4	48,7
Цена комплекса 65руб. Итого за прием пищи:	823	23,4	27,2	92,6	679,8
полдник					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	0,0	0,0	20,2	88,0
Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	61,1
Пирожок с картофелем, луком и сыром	78	5,4	6,1	31,8	204,9
Цена комплекса 65руб. Итого за прием пищи:	408	5,9	6,6	64,7	354,0
Всего за день:		46,8	52,1	262,9	1 670,5

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Салитова Н.В.

ООО "Комбинат социального питания"

1 неделя

МЕНЮ 12-18 лет



2 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Биточек Нежный	70	8,3	13,4	8,5	198,9
Пюре картофельное	200	4,5	7,1	29,9	201,4
Огурец свежий	45	0,3	0,0	0,9	4,8
Батон йодированный	31	2,3	0,9	15,9	81,2
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,1	0,0	10,0	40,0
Цена комплекса 65руб. Итого за прием пищи:	556	15,5	21,4	65,2	526,3
Обед					
Суп картофельный с горохом пущеным	300	6,6	6,4	19,8	177,6
Гуляш из свинины	100	9,8	16,2	5,5	221,8
Макаронные изделия отварные	180	7,5	4,9	48,0	270,8
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,1	0,0	10,0	40,0
Хлеб ржаной	33	2,2	0,4	11,0	57,4
Цена комплекса 65руб. Итого за прием пищи:	823	26,2	27,9	94,3	767,6
полдник					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	0,0	0,0	20,2	88,0
Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38,0
Пирожок с яблоком	60	3,4	3,2	31,2	168,4
Цена комплекса 65руб. Итого за прием пищи:	360	4,2	3,4	58,9	294,4
Всего за день:		45,9	52,7	218,4	1 588,3

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Сагитова Н.В.

ООО "Комбинат социального питания"

1 неделя



МЕНЮ 12-18 лет

3 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Гуляш из мяса кур	40/40	10,1	9,2	2,9	134,8
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	7,2	45,7	288,1
Батон йодированный	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,1	0,0	10,0	40,0
Пирог Манник	60	3,4	9,3	29,1	215,5
Цена комплекса 65руб. Итого за прием пищи:	560	26,1	26,6	103,1	757,0
Обед					
Свекольник	300	2,6	5,3	19,9	138,1
Жаркое по-домашнему с мясом (конс.)	180	7,4	6,9	29,7	211,0
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Хлеб ржаной	37	2,4	0,4	12,4	64,4
Батон йодированный	18	1,4	0,5	9,3	47,2
Булочка сахарная	50	4,6	4,7	30,3	182,1
Цена комплекса 65руб. Итого за прием пищи:	800	18,5	17,8	116,6	702,8
полдник					
Сок фруктовый в инд. упаковке	200	0,0	0,0	20,2	88,0
Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	61,1
Ватрушка с конфитюром	60	7,4	4,4	23,4	161,6
Цена комплекса 65руб. Итого за прием пищи:	390	7,9	4,9	56,3	310,7
Всего за день:		15,8	9,8	112,8	621,4

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Савитова Н.В.

ООО "Комбинат социального питания"

1 неделя



МЕНЮ 12-18 лет

4 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Биточек Сладкий	90	13,5	17,0	12,8	273,8
Макароны отварные	200	8,4	5,4	53,4	301,1
Огурец свежий	15	0,1	0,0	0,3	1,6
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Хлеб ржаной	32	2,1	0,4	10,7	55,7
Цена комплекса 65руб. Итого за прием пищи:	552	24,2	22,8	92,2	692,2
Обед					
Рассольник Ленинградский	250	2,0	5,0	12,0	107,0
Котлета рыбная с соусом том. с овощ	50/50	6,5	6,0	12,1	129,6
Пюре картофельное	180	4,1	6,4	26,9	181,2
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Хлеб ржаной	35	2,3	0,4	11,7	60,9
Батон йодированный	25	1,9	0,7	12,9	65,5
Цена комплекса 65руб. Итого за прием пищи:	805	16,9	18,5	90,6	604,2
полдник					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	0,0	0,0	20,2	88,0
Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	61,1
Пирожок с картофелем ,луком сыром	78	5,4	6,1	31,8	204,9
Цена комплекса 65руб. Итого за прием пищи:	408	5,9	6,6	64,7	354,0
Всего за день:		46,9	47,9	247,5	1 650,5

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Савитова Н.В.

ООО "Комбинат социального питания"

1 неделя



МЕНЮ 12-18 лет

5 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Птица тушеная в томатном соусе с овощами	50/50	11,7	13,2	3,4	194,8
Батон йодированный	24	1,8	0,7	12,3	62,9
Рис отварной	180	4,3	5,1	44,6	241,9
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,1	0,0	10,0	40,0
Булочка с посыпкой	60	5,5	6,1	34,6	214,9
Цена комплекса 65руб. Итого за прием пищи:	574	23,4	25,1	104,9	754,5
Обед					
Суп картофельный с яйцом	250	3,2	5,7	16,3	130,4
Тефтели Нежные с соусом	50/50	6,3	14,6	10,5	158,0
Картофель тушеный	180	3,8	12,7	25,1	232,1
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	23	1,7	0,7	11,8	60,3
Цена комплекса 65руб. Итого за прием пищи:	804	17,5	34,1	90,7	703,4
полдник					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	0,0	0,0	20,2	88,0
Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38,0
Пирожок с яблоком	60	3,4	3,2	31,2	168,4
Цена комплекса 65руб. Итого за прием пищи:	360	4,2	3,4	58,9	294,4
Всего за день:		45,1	62,6	254,5	1 752,3

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Сагитова Н.В.

ООО "Комбинат социального питания"

1 неделя

МЕНЮ 12-18 лет



6 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Котлета натуральная из филе кури панированная запеченая (Медальон из кури)	80	16,1	9,4	8,0	183,2
Батон йодированный	32	2,4	0,9	16,4	83,8
Пюре картофельное	180	4,1	6,4	26,9	181,2
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,1	0,0	10,0	40,0
Булочка домашняя	50	3,6	6,3	22,0	158,8
Цена комплекса 65руб. Итого за прием пищи:	552	26,2	23,0	83,3	647,0
Обед					
Суп с крупой и томатом	300	2,1	6,2	19,5	142,4
Гуляш из мяса кур	50/50	12,5	11,4	3,6	167,5
Спагетти отварные	180	7,8	4,9	49,6	279,6
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,1	0,0	10,0	40,0
Хлеб ржаной	23	1,5	0,3	7,7	40,0
Батон йодированный	22	1,7	0,8	11,3	57,6
Цена комплекса 65руб. Итого за прием пищи:	835	25,7	23,4	101,7	727,1
полдник					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	0,0	0,0	20,2	88,0
Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	61,1
Ватрушка с конфитуром	60	7,4	4,4	23,4	161,6
Цена комплекса 65руб. Итого за прием пищи:	390	7,9	4,9	56,3	310,7
Всего за день:		59,8	51,3	241,3	1 684,8

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Савицкая И.В.

ООО "Комбинат социального питания"

2 неделя



МЕНЮ 12-18 лет

1 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Шницель из свинины	80	11,4	16,5	10,5	242,2
Макароны отварные	200	8,4	5,4	53,4	301,1
Батон йодированный	47	3,5	1,4	24,2	123,1
Чай с лимоном	200/15/10	0,3	0,0	15,3	64,3
Печенье в асс.	20	1,1	6,9	11,9	111,0
Цена комплекса 65руб. Итого за прием пищи:	572	24,7	30,2	115,3	841,7
Обед					
Суп картофельный с горохом лущеным	250	5,5	5,3	16,5	148,0
Птица тушеная в томатном соусе с овощами	50/50	11,7	13,2	3,4	194,8
Каша перловая рассыпчатая	180	8,5	6,0	38,1	240,0
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,1	0,0	10,0	40,0
Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	69,6
Батон йодированный	22	1,7	0,6	11,3	57,6
Цена комплекса 65руб. Итого за прием пищи:	802	30,1	25,6	92,7	750,0
полдник					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	0,0	0,0	20,2	88,0
Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	61,1
Пирожок с картофелем, луком и сыром	78	5,4	6,1	31,8	204,9
Цена комплекса 65руб. Итого за прием пищи:	408	5,9	6,6	64,7	354,0
Всего за день:		60,7	62,4	272,7	1 945,7

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Савинова Н.З.

ООО "Комбинат социального питания"

2 неделя

МЕНЮ 12-18 лет



2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	250/5	6,3	7,3	39,2	260,5
Какао с молоком витаминизированный	200	4,1	3,5	17,6	119,0
Батон йодированный	32	2,4	0,9	16,4	83,8
Блинчик с вишневым фаршем	70	3,2	4,0	26,1	105,6
Цена комплекса 65руб. Итого за прием пищи:	557	16,0	15,7	99,3	568,9
Обед					
Суп картофельный с мясом	305	5,0	5,1	17,0	145,0
Тефтели Нежные с соусом	50/50	6,3	14,6	10,5	158,0
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,2	7,2	45,7	288,1
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,1	0,0	10,0	40,0
Хлеб ржаной	28	1,8	0,3	9,4	48,7
Цена комплекса 65руб. Итого за прием пищи:	823	23,4	27,2	92,6	679,8
полдник					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	0,0	0,0	20,2	88,0
Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38,0
Пирожок с яблоком	60	3,4	3,2	31,2	168,4
Цена комплекса 65руб. Итого за прием пищи:	360	4,2	3,4	58,9	294,4
Всего за день:		43,5	46,3	250,8	1 543,1

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Сапотова Н.В.

ООО "Комбинат социального питания"

2 неделя



МЕНЮ 12-18 лет

3 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Биточек Сочный	70	9,7	12,5	10,1	202,2
Пюре картофельное	180	4,1	6,4	26,9	181,2
Огурец свежий	45	0,3	0,0	0,9	4,8
Чай с лимоном	200/15/5	0,2	0,0	15,2	62,6
Хлеб ржаной	37	2,4	0,4	12,4	64,4
Цена комплекса 65руб. Итого за прием пищи:	552	16,6	19,3	65,5	515,2
Обед					
Суп с крупой и томатом	250	5,0	5,1	17,0	145,0
Гуляш из свинины	100	9,8	16,2	5,5	221,8
Макароны отварные	180	7,5	4,9	48,0	270,8
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Хлеб ржаной	49	3,2	0,6	16,4	85,3
Батон йодированный	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Цена комплекса 65руб. Итого за прием пищи:	824	27,9	27,7	117,3	861,5
полдник					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	0,0	0,0	20,2	88,0
Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	61,1
Ватрушка с конфитюром	60	7,4	4,4	23,4	161,6
Цена комплекса 65руб. Итого за прием пищи:	390	7,9	4,9	56,3	310,7
Всего за день:		52,4	51,9	239,1	1 687,4

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Сегитова Н.В.

ООО "Комбинат социального питания"

2 неделя

МЕНЮ 12-18 лет



4 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Жаркое по-домашнему с мясом (конс.)	220	8,9	8,4	36,4	258,3
Батон йодированный	45	3,4	1,3	23,1	117,9
Чай с низким содержанием сахара и лимоном	200/10/3	0,2	0,0	10,1	41,9
Пирог Манник	75	4,3	11,5	36,5	269,3
Цена комплекса 65руб. Итого за прием пищи:	553	16,8	21,2	106,1	687,4
Обед					
Суп картофельный с рыбными консервами*	305	3,4	2,9	19,2	116,6
Биточек Нежный с соусом	70/30	8,8	14,5	11,5	224,4
Рис отварной	180	4,3	5,1	44,6	241,9
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,1	0,0	10,0	40,0
Хлеб ржаной	19	1,3	0,2	6,3	33,1
Цена комплекса 65руб. Итого за прием пищи:	814	17,9	22,7	91,6	656,0
полдник					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	0,0	0,0	20,2	88,0
Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	61,1
Пирожок с картофелем, луком и сыром	78	5,4	6,1	31,8	204,9
Цена комплекса 65руб. Итого за прием пищи:	408	5,9	6,6	64,7	354,0
Всего за день:		40,6	50,5	262,4	1 697,4

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Салитова Н.В.

ООО "Комбинат социального питания"

2 неделя

МЕНЮ 12-18 лет



5 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Гуляш из мяса кур	40/40	10,0	9,1	2,9	134,0
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,1	7,2	45,5	286,9
Огурец свежий	43	0,2	0,0	0,9	4,6
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,1	0,0	10,0	40,0
Батон йодированный	40	3,0	1,2	20,6	104,8
Цена комплекса 65руб. Итого за прием пищи:	553	23,4	17,5	79,9	570,3
Обед					
Свекольник	300	2,6	5,3	20,0	138,3
Котлета рыбная с соусом	50/50	6,5	6,0	12,1	129,6
Пюре картофельное	180	4,1	6,4	26,9	181,2
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,1	0,0	10,0	40,0
Хлеб ржаной	29	1,9	0,3	9,7	50,5
Батон йодированный	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Цена комплекса 65руб. Итого за прием пищи:	839	16,7	18,6	89,0	592,0
полдник					
Сок фруктовый в инд. упаковке	200	0,0	0,0	20,2	88,0
Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38,0
Пирожок с яблоком	60	3,4	3,2	31,2	168,4
Цена комплекса 65руб. Итого за прием пищи:	360	4,2	3,4	58,9	294,4
Всего за день:		44,3	39,5	227,8	1 456,7

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Сегитова Н.Д.

ООО "Комбинат социального питания"

2 неделя



МЕНЮ 12-18 лет

6 день

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Котлета натуральная из филе кури панированная запеченая (Медальон из кури)	80	16,1	9,4	8,0	183,2
Макаронь 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	26	2,0	0,8	13,4	68,1
Пирожок с конфитюром	60	3,5	1,4	34,6	164,0
Цена комплекса 65руб. Итого за прием пищи:	561	29,2	16,5	119,0	746,1
Обед					
Суп картофельный с рыбными консервами	305	3,4	2,9	19,2	118,6
Жаркое по-домашнему с курой	180	10,6	9,1	19,7	214,3
Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0
Хлеб ржаной	27	1,8	0,3	9,0	47,0
Батон йодированный	28	2,1	0,8	14,4	73,4
Булочка с сыром	50	3,6	6,3	22,0	159,0
Цена комплекса 65руб. Итого за прием пищи:	805	21,6	19,4	99,3	670,3
полдник					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200	0,0	0,0	20,2	88,0
Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	61,1
Ватрушка с конфитюром	60	7,4	4,4	23,4	161,6
Цена комплекса 65руб. Итого за прием пищи:	390	7,9	4,9	56,3	310,7
Всего за день:		58,7	40,8	274,6	1 727,1

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

Савилов Н.В.