

ООО "Комбинат социального питания"



МЕНЮ дети от 12 до 18 лет

2 день, 1 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша молочная Дружба	200	6,833	8,575	41,071	268,788
Булочка домашняя	100	9,021	9,417	57,433	350,572
Какао с молоком витаминизированный	200	0,200	0,051	15,039	61,415
Бутерброд с сыром	35	3,115	9,091	10,280	135,399
Итого за Завтрак	535	19,169	27,134	123,823	816,174
Обед					
Суп-лапша на курином бульоне с курицей	260	6,568	6,054	19,918	160,428
Гуляш из свинины 50/50гр.	100	11,629	25,813	4,501	296,832
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,822	5,480	48,969	288,484
Напиток из сушеных яблок	200	0,440	0,020	31,754	128,955
Батон йодированный	30	1,980		10,020	48,000
Хлеб ржаной	30	2,250	0,870	15,420	78,510
Итого за Обед	800	33,689	38,237	130,582	1001,209
Полдник					
Выпечное изделие (Пирожок с яблоками)	60	3,680	3,602	30,209	167,968
Яблоко	100	0,627	0,470	16,170	71,422
Сок в индивидуальной упаковке	200	1,000	0,200	20,200	86,600
Итого за Полдник	360	5,307	4,272	66,579	325,99
Итого за день	1695	58,42	69,718	322,604	2151,546

Директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством



Вахруков М.С.

Сагитова Н.В.

ООО "Комбинат социального питания"



МЕНЮ дети от 12 до 18 лет

3 день, 1 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Овощи натуральные свежие(огурец)/Зеленый горошек	30	0,208	0,030	0,564	3,354
Котлета "Морячок"	90	9,880	4,298	9,170	114,882
Картофельное пюре	180	3,955	4,978	27,089	168,975
Чай с лимоном,сахарным песком 200/15/5гр.	220	0,200	0,051	15,039	61,415
Батон йодированный	40	3,000	1,160	20,560	104,680
Итого за Завтрак	560	17,243	10,517	72,422	453,306
Обед					
Салат из белокочанной капусты с морковью и маслом/Салат из квашеной капусты	60	0,931	3,050	5,636	53,722
Суп гороховый	250	7,286	11,205	21,635	216,527
Плов с мясом	280	19,474	36,257	73,458	698,040
Чай с сахаром 200/15гр.	215	0,200	0,051	15,039	61,415
Батон йодированный	30	1,980		10,020	48,000
Хлеб ржаной	30	2,250	0,870	15,420	78,510
Итого за Обед	865	32,121	51,433	141,208	1156,214
Полдник					
Выпечное изделие(Слойка с конфитуром)	60	3,827	11,757	24,271	218,201
Яблоко	100	0,510	0,051	12,446	52,281
Сок в индивидуальной упаковке	200	1,000	0,200	20,200	86,600
Итого за Полдник	360	5,337	12,008	56,917	357,082
Итого за день	1785	54,701	73,958	270,547	1966,602

Директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

«Комбинат
Социального
питания»
ООО
ИНН 7606-113714
ОГРН 1027601071519
№ 4
ДЛЯ ДОКУМЕНТОВ

Вахруков М.С.

Сагитова Н.В.

ООО "Комбинат социального питания"



МЕНЮ дети от 12 до 18 лет

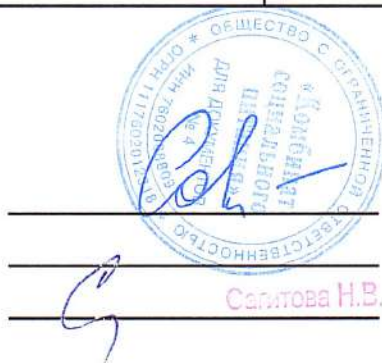
4 день, 1 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Шницель из свинины рубленый	100	9,890	23,605	8,550	286,205
Макароны отварные	180	7,963	5,772	50,822	287,090
Чай с сахаром 200/15гр.	215	0,200	0,051	15,039	61,415
Батон йодированный	60	4,500	1,740	30,840	157,020
Итого за Завтрак	555	22,553	31,168	105,251	791,73
Обед					
Борщ из свежей капусты с картофелем	250	1,822	5,042	12,302	101,875
Жаркое по-домашнему	280	8,179	7,682	33,079	234,163
Чай с лимоном, сахарным песком 200/15/5гр.	220	0,200	0,051	15,039	61,415
Батон йодированный	30	1,980		10,020	48,000
Хлеб ржаной	30	1,320		6,680	32,000
Итого за Обед	810	13,501	12,775	77,12	477,453
Полдник					
Выпечное изделие (Ватрушка с творогом)	75	9,871	7,298	32,494	235,137
Яблоко	100	0,627	0,470	16,170	71,422
Сок в индивидуальной упаковке	200	1,000	0,200	20,200	86,600
Итого за Полдник	375	11,498	7,968	68,864	393,159
Итого за день	1740	47,552	51,911	251,235	1662,342

Директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством



Вахруков М.С.

Сагитова Н.В.



МЕНЮ дети от 12 до 18 лет

5 день, 1 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Омлет натуральный с маслом сливочным	205	0,208	0,030	0,564	3,354
Печенье	40	8,217	18,651	9,278	237,838
Чай с сахаром	215	0,200	0,051	15,039	61,415
Батон йодированный	40	3,000	1,160	20,560	104,680
Итого за Завтрак	500	11,625	19,892	45,441	407,287
Обед					
Овощи натуральные свежие(помидор)/Икра кабачковая	35	0,210	0,070	1,470	7,348
Суп картофельный с рыбными консервами	265	5,140	2,877	19,807	125,679
Рис отварной	180				
Биточек Нежный	100	10,601	25,570	6,429	298,246
Напиток из сухофруктов	200	0,200	0,051	15,039	61,415
Батон йодированный	30	1,980		10,020	48,000
Хлеб ржаной	30	2,250	0,870	15,420	78,510
Итого за Обед	840	1,627	0,670	36,370	158,022
Полдник					
Выпечное изделие(Пирожок с капустой)	60	4,176	4,575	25,841	161,242
Яблоко	100	0,627	0,470	16,170	71,422
Сок в индивидуальной упаковке	200	1,000	0,200	20,200	86,600
Итого за Полдник	360	5,803	5,245	62,211	319,264
Итого за день	1700	19,055	25,807	144,022	884,573



Директор _____

Вахруков М.С.

Бухгалтер-калькулятор _____

Зав. производством _____

С _____
Сагитова Н.В.



МЕНЮ дети от 12 до 18 лет

1 день, 2 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Блинчики	225	13,440	12,078	47,460	352,302
Яблоко	100	0,510	0,051	12,446	52,281
Чай с лимоном, сахарным песком 200/15/5гр.	220	0,200	0,051	15,039	61,415
Молоко сгущенное	25	1,800	2,125	13,875	81,825
Итого за Завтрак	570	15,95	14,305	88,82	547,823
Обед					
Икра кабачковая	30	0,360	0,030	1,801	8,913
Суп картофельный с горохом, курой 200/10гр.	260	8,648	4,974	19,280	156,478
Соус	40	0,370	1,432	2,393	23,939
Биточек мясной Сочный	100	11,629	25,813	4,501	296,832
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,822	5,480	48,969	288,484
Чай с сахаром 200/15гр.	215	0,200	0,051	15,039	61,415
Батон йодированный	30	1,980		10,020	48,000
Хлеб ржаной	30	2,250	0,870	15,420	78,510
Итого за Обед	885	36,259	38,65	117,423	962,571
Полдник					
Выпечное изделие(Пирожок с конфитюром)	60	3,864	3,485	25,851	150,227
Яблоко	100	0,627	0,470	16,170	71,422
Сок в индивидуальной упаковке	200	1,000	0,200	20,200	86,600
Итого за Полдник	360	5,491	4,155	62,221	308,249
Итого за день	1815	57,7	57,11	268,464	1818,643

Директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством



Вахруков М.С.



МЕНЮ дети от 12 до 18 лет

2 день, 2 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Наггетсы	100	16,046	6,869	13,226	178,905
Картофельное пюре	180	3,955	4,978	27,089	168,975
Чай с сахаром 200/15гр.	215	0,200	0,051	15,039	61,415
Батон йодированный	60	4,500	1,740	30,840	157,020
Итого за Завтрак	555	24,701	13,638	86,194	566,315
Обед					
Салат из белокочанной капусты с морковью/Салат из квашенной капусты	50	0,627	5,020	1,654	54,305
Рассольник Ленинградский	250	3,558	5,386	16,588	129,058
Рыба тушеная с овощами 50/50гр.	100	10,576	6,362	3,816	114,821
Рис отварной	180	4,578	5,328	48,012	258,312
Чай с лимоном, сахарным песком 200/15/5гр.	220	0,245	0,056	15,189	62,240
Батон йодированный	30	1,980		10,020	48,000
Хлеб ржаной	30	2,250	0,870	15,420	78,510
Итого за Обед	860	23,814	23,022	110,699	745,246
Полдник					
Выпечное изделие(Пирог Домашний с капустой, яйцом)	60	5,595	8,004	21,307	179,645
Яблоко	100	0,627	0,470	16,170	71,422
Сок в индивидуальной упаковке	200	1,000	0,200	20,200	86,600
Итого за Полдник	360	7,222	8,674	57,677	337,667
Итого за день	1775	55,737	45,334	254,57	1649,228

Директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством



Вахруков М.С.



МЕНЮ дети от 12 до 18 лет

3 день, 2 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша молочная Дружба	200	6,833	8,575	41,071	268,788
Пряники	70	6,130	5,999	50,339	279,866
Какао с молоком витаминизированный	200	0,200	0,051	15,039	61,415
Батон йодированный	30	3,000	1,160	20,560	104,680
Итого за Завтрак	500	16,163	15,785	127,009	714,749
Обед					
Овощи натуральные свежие(помидор)/Огурец соленый	35	0,210	0,070	1,470	7,348
Борщ из свежей капусты с картофелем	250	2,747	6,892	12,302	122,229
Гуляш из свинины 50/50	100	8,217	18,651	9,278	237,838
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,822	5,480	48,969	288,484
Напиток из сушеных яблок	200	0,440	0,020	31,754	128,955
Батон йодированный	30	1,980		10,020	48,000
Хлеб ржаной	30	2,250	0,870	15,420	78,510
Итого за Обед	825	26,666	31,983	129,213	911,364
Полдник					
Выпечное изделие(Слойка с конфитуром)	60	3,827	11,757	24,271	218,201
Яблоко	100	0,510	0,051	12,446	52,281
Сок в индивидуальной упаковке	200	1,000	0,200	20,200	86,600
Итого за Полдник	360	5,337	12,008	56,917	357,082
Итого за день	1685	48,166	59,776	313,139	1983,195

Директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством



Вахруков М.С.



МЕНЮ дети от 12 до 18 лет

4 день, 2 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Птица тушенная в томатном соусе с овощами	100	18,285	4,190	3,612	125,299
Макароны отварные	180	7,963	5,772	50,822	287,090
Чай с сахаром 200/15гр.	215	0,200	0,051	15,039	61,415
Батон йодированный	40	3,000	1,160	20,560	104,680
Печенье "Мечта"	30	2,081	7,663	19,082	153,622
Итого за Завтрак	565	31,529	18,836	109,115	732,106
Обед					
Овощи натуральные свежие(огурец)/Зеленый горошек	35	0,242	0,035	0,658	3,913
Суп картофельный с рыбными консервами	255	5,140	2,877	19,807	125,679
Плов с мясом	280	19,474	36,257	73,458	698,040
Чай с лимоном, сахарным песком 200/15/5гр.	220	0,200	0,051	15,039	61,415
Батон йодированный	30	1,980		10,020	48,000
Хлеб ржаной	30	2,250	0,870	15,420	78,510
Итого за Обед	850	29,286	40,09	134,402	1015,557
Полдник					
Выпечное изделие (Булочка Домашняя)	100	9,021	9,417	57,433	350,572
Яблоко	100	0,627	0,470	16,170	71,422
Сок в индивидуальной упаковке	200	1,000	0,200	20,200	86,600
Итого за Полдник	400	10,648	10,087	93,803	508,594
Итого за день	1815	71,463	69,013	337,32	2256,257

Директор
Бухгалтер-калькулятор
Зав. производством



Вахруков М.С.



МЕНЮ дети от 12 до 18 лет

5 день, 2 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Печенье	40	13,298	9,686	44,452	318,172
Омлет натуральный с маслом сливочным	205	15,596	22,092	2,796	272,397
Какао с молоком витаминизированный	200	0,200	0,051	15,039	61,415
Батон йодированный	60	1,500	0,580	10,280	52,340
Итого за Завтрак	505	30,594	32,409	72,567	704,324
Обед					
Овощи натуральные свежие(помидор)/Огурец соленый	35	0,210	0,070	1,470	7,348
Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 200/10гр.	260	2,106	6,381	9,382	103,383
Макароны отварные	180	5,978	4,914	38,124	220,633
Биточек Нежный	100	12,000	19,900	12,300	293,000
Напиток из шиповника	200	0,510	0,210	22,215	92,790
Батон йодированный	30	1,980		10,020	48,000
Хлеб ржаной	30	2,250	0,870	15,420	78,510
Итого за Обед	835	25,034	32,345	108,931	843,664
Полдник					
Выпечное изделие (Пирожок с творогом)	75	9,880	6,951	31,639	228,635
Яблоко	100	0,627	0,470	16,170	71,422
Сок в индивидуальной упаковке	200	1,000	0,200	20,200	86,600
Итого за Полдник	375	11,507	7,621	68,009	386,657
Итого за день	965	67,135	72,375	249,507	1934,645

Директор
Бухгалтер-калькулятор
Зав. производством



Вахруков М.С.