





МЕНЮ



Утверждаю
 Генеральный директор
 ООО "Комбинат Питания"
 Зиновьева Л.М.

Согласовано
 Директор школы
[Signature]

Вторник - 21 (возраст 7-11 лет)

ЗАВТРАК

Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
1 Масло сливочное (порциями) (Белки - 0,08 г, Жиры - 7,24 г, Углеводы - 0,13 г, Энергетическая ценность 66,00 Ккал)	10	
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		
21		
22		
23		
24		
25		
26		
27		
28		
29		
30		
31		
32		
33		
34		
35		
36		
37		
38		
39		
40		
41		
42		
43		
44		
45		
46		
47		
48		
49		
50		
51		
52		
53		
54		
55		
56		
57		
58		
59		
60		
61		
62		
63		
64		
65		
66		
67		
68		
69		
70		
71		
72		
73		
74		
75		
76		
77		
78		
79		
80		
81		
82		
83		
84		
85		
86		
87		
88		
89		
90		
91		
92		
93		
94		
95		
96		
97		
98		
99		
100		
Итого	925	200,54
Стоимость		

Повар:

Приятного аппетита!



МЕНЮ

Утверждаю
Генеральный директор
ООО "Комбинат Питания"
Зиновьева Л.М.
Согласовано
Директор школы

Среда - 2 (возраст 7 - 11 лет)

ЗАВТРАК

	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
1	Сыр полу твердый (йогуртовый) Белки - 3,48 г, Жиры - 4,45 г, Углеводы - 0,00 г. Энергетическая ценность 54,00 Ккал	15	
2	Каша молочная ячневая вязкая Белки - 8,73 г, Жиры - 11,69 г, Углеводы - 34,43 г. Энергетическая ценность 277,86 Ккал	200	
3	Кофейный напиток Белки - 5,33 г, Жиры - 4,51 г, Углеводы - 19,34 г. Энергетическая ценность 139,37 Ккал	200	
4	Хлеб ржано-пшеничный Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал	20	
5	Хлеб пшеничный Белки - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,44 г. Энергетическая ценность 94,00 Ккал	40	
6	Фрукты свежие Белки - 0,60 г, Жиры - 0,60 г, Углеводы - 14,70 г. Энергетическая ценность 66,60 Ккал	150	
7			
8	Итого	625	
	Стоимость		

ОБЕД

1	Огурец в нарезке Белки - 0,40 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 1,50 г. Энергетическая ценность 46 Ккал	60	
2	Суп из овощей с птицей Белки - 7,23 г, Жиры - 9,23 г, Углеводы - 9,14 г. Энергетическая ценность 148,69 Ккал	250/25	
3	Индейка по-строгановски Белки - 13,41 г, Жиры - 19,81 г, Углеводы - 3,88 г. Энергетическая ценность 243,30 Ккал	100	
4	Каша рассыпчатая гречневая Белки - 8,59 г, Жиры - 6,09 г, Углеводы - 38,64 г. Энергетическая ценность 243,80 Ккал	150	
5	Напиток витаминный Белки - 0,48 г, Жиры - 0,15 г, Углеводы - 18,59 г. Энергетическая ценность 77,63 Ккал	200	
6	Хлеб ржано-пшеничный Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал	20	
7	Хлеб пшеничный Белки - 4,35 г, Жиры - 0,55 г, Углеводы - 26,72 г. Энергетическая ценность 129,25 Ккал	55	
8	Итого	860	
	Стоимость		200,54

Повар:

Приятного аппетита!



МЕНЮ



Утверждаю
Генеральный директор
ООО "Комбинат Питания"
Зиновьева Л.М.
Согласовано
Директор школы
В.И.С.

Четверг - 2 (возраст 7 - 11 лет)

ЗАВТРАК

№	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
1	Масло сливочное (порциями) Белки - 0,08 г, Жиры - 7,24 г, Углеводы - 0,13 г. Энергетическая ценность 66,00 Ккал\	10	
2	Каца молочная пшеничная вязкая Белки - 10,57 г, Жиры - 12,79 г, Углеводы - 42,98 г. Энергетическая ценность 329,31 Ккал\	220	
3	Чай с лимоном и сахаром Белки - 0,27 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 6,70 г. Энергетическая ценность 27,90 Ккал\	200	
4	Хлеб ржано-пшеничный Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал\	20	
5	Хлеб пшеничный Белки - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,44 г. Энергетическая ценность 94,00 Ккал\	40	
6	Фрукты свежие Белки - 0,80 г, Жиры - 0,80 г, Углеводы - 19,60 г. Энергетическая ценность 88,80 Ккал\	200	
7		690	
8	Итого		
	Стоимость		

ОБЕД

1	Горошек зеленый Белки - 0,00 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 0,00 г. Энергетическая ценность 0,00 Ккал\	60	
2	Суп картофельный с крупой в томате Белки - 2,50 г, Жиры - 1,50 г, Углеводы - 15,00 г. Энергетическая ценность 100,00 Ккал\	350/25	
3	Рыба тушеная в томате с овощами Белки - 10,00 г, Жиры - 5,00 г, Углеводы - 10,00 г. Энергетическая ценность 100,00 Ккал\	200	
4	Картофельное пюре Белки - 0,50 г, Жиры - 0,50 г, Углеводы - 5,00 г. Энергетическая ценность 50,00 Ккал\	200	
5	Сок фруктовый Белки - 0,00 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 0,00 г. Энергетическая ценность 0,00 Ккал\	200	



МЕНЮ



Утверждаю
Генеральный директор
ООО "Комбинат Питания"

Зиновьева Л.М.

Согласовано

Директор школы

Пятница - 2 (возраст 7 - 11 лет)

ЗАВТРАК

Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
1 Сыр полутвердый (порциями) \Белки - 3,48 г, Жиры - 4,45 г, Углеводы - 0,00 г, Энергетическая ценность 54,00 Ккал\	15	
2 Каша молочная "Дружба" \Белки - 8,29 г, Жиры - 13,28 г, Углеводы - 28,45 г, Энергетическая ценность 266,50 Ккал\	220	
3 Напиток из шиповника \Белки - 0,60 г, Жиры - 0,20 г, Углеводы - 15,27 г, Энергетическая ценность 65,30 Ккал\	200	
4 Хлеб ржано-пшеничный \Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г, Энергетическая ценность 45,98 Ккал\	20	
5 Хлеб пшеничный \Белки - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,44 г, Энергетическая ценность 94,00 Ккал\	40	
6 Фрукты свежие \Белки - 0,80 г, Жиры - 0,30 г, Углеводы - 15,60 г, Энергетическая ценность 68,80 Ккал\	200	
7		
8 Итого	695	
Стоимость		

ОБЕД

1 Нарезка овощная \Белки - 0,57 г, Жиры - 0,09 г, Углеводы - 1,85 г, Энергетическая ценность 10,65 Ккал\	60	
2 Борщ с капустой, картофелем, птицей и сметаной \Белки - 6,46 г, Жиры - 9,06 г, Углеводы - 12,92 г, Энергетическая ценность 159,10 Ккал\	250/20/5	
3 Тефтели мясные \Белки - 12,74 г, Жиры - 12,16 г, Углеводы - 13,37 г, Энергетическая ценность 213,36 Ккал\	100/30	
4 Макаронные изделия отварные \Белки - 7,34 г, Жиры - 6,02 г, Углеводы - 35,26 г, Энергетическая ценность 224,00 Ккал\	200	
5 Кисель фруктовый \Белки - 0,10 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 29,90 г, Энергетическая ценность 120,00 Ккал\	200	
6 Хлеб ржано-пшеничный \Белки - 1,68 г, Жиры - 0,33 г, Углеводы - 14,82 г, Энергетическая ценность 68,97 Ккал\	30	
7 Хлеб пшеничный \Белки - 3,95 г, Жиры - 0,50 г, Углеводы - 24,30 г, Энергетическая ценность 117,80 Ккал\	50	
8 Итого	945	
Стоимость		200,54

Повар:

Приятного аппетита!



МЕНЮ

Утверждаю
Генеральный директор
ООО "Комбинат Питания"

Зиновьева Л.М.

Согласовано
Директор школы

Воскресенье - 2 (возраст 7 - 11 лет)

ЗАВТРАК

	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
1	Горошек зеленый \\Белки - 1,86 г, Жиры - 0,12 г, Углеводы - 3,90 г. Энергетическая ценность 24,12 Ккал\\	60	
2	Омлет натуральный \\Белки - 19,68 г, Жиры - 25,62 г, Углеводы - 3,57 г. Энергетическая ценность 323,66 Ккал\\	200	
3	Какао \\Белки - 5,17 г, Жиры - 4,47 г, Углеводы - 19,39 г. Энергетическая ценность 138,56 Ккал\\	200	
4	Хлеб ржано-пшеничный \\Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал\\	20	
5	Хлеб пшеничный \\Белки - 2,37 г, Жиры - 0,30 г, Углеводы - 14,58 г. Энергетическая ценность 70,50 Ккал\\	30	
6	Кондитерские изделия \\Белки - 1,67 г, Жиры - 2,26 г, Углеводы - 13,94 г. Энергетическая ценность 82,80 Ккал\\	20	
7			
8	Итого	530	
	Стоимость		

ОБЕД

1	Огурец в нарезке \\Белки - 0,80 г, Жиры - 0,10 г, Углеводы - 2,50 г. Энергетическая ценность 14,10 Ккал\\	100	
2	Суп картофельный с макаронными изделиями и птицей \\Белки - 6,08 г, Жиры - 5,39 г, Углеводы - 17,14 г. Энергетическая ценность 141,39 Ккал\\	250/15	
3	Печень по-строгановски \\Белки - 15,91 г, Жиры - 13,47 г, Углеводы - 4,22 г. Энергетическая ценность 201,83 Ккал\\	120	
4	Рис отварной \\Белки - 4,86 г, Жиры - 7,16 г, Углеводы - 48,90 г. Энергетическая ценность 279,60 Ккал\\	200	
5	Сок фруктовый \\Белки - 1,00 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 25,40 г. Энергетическая ценность 105,60 Ккал\\	200	
6	Хлеб ржано-пшеничный \\Белки - 1,96 г, Жиры - 0,38 г, Углеводы - 17,29 г. Энергетическая ценность 80,46 Ккал\\	35	
7	Хлеб пшеничный \\Белки - 3,95 г, Жиры - 0,50 г, Углеводы - 24,30 г. Энергетическая ценность 117,50 Ккал\\	50	
8	Итого	970	
	Стоимость		200,54

Повар:

Приятного аппетита!