



МЕНЮ



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

Согласовано
Директор школы



Понедельник - 1 (возраст 12 лет и старше)

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 - 9,42 г, Жиры - 15,09 г, Углеводы - 32,33 г. Энергетическая ценность 302,84 Ккал\\	250	
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 - 1,68 г, Жиры - 0,33 г, Углеводы - 14,82 г. Энергетическая ценность 68,97 Ккал\\	30	
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			
8	Итого	735	
	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	Щи из свежей капусты с картофелем, птицей и сметаной \\Белки - 7,99 г, Жиры - 11,61 г, Углеводы - 10,53 г. Энергетическая ценность 178,66 Ккал\\	300/25/10	
3	Фрикадельки мясные тушеные в соусе \\Белки - 21,09 г, Жиры - 12,38 г, Углеводы - 13,66 г. Энергетическая ценность 250,42 Ккал\\	150	
4	Макаронные изделия отварные \\Белки - 8,44 г, Жиры - 6,92 г, Углеводы - 40,54 г. Энергетическая ценность 258,29 Ккал\\	230	
5	Компот из сушеных фруктов \\Белки - 0,44 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 27,76 г. Энергетическая ценность 113,01 Ккал\\	200	
6	Хлеб ржано-пшеничный \\Белки - 2,24 г, Жиры - 0,44 г, Углеводы - 19,76 г. Энергетическая ценность 91,96 Ккал\\	40	
7	Хлеб пшеничный \\Белки - 4,35 г, Жиры - 0,55 г, Углеводы - 26,72 г. Энергетическая ценность 129,25 Ккал\\	55	
8	Итого	1110	
	Стоимость		236-00

Повар:

Приятного аппетита!



МЕНЮ

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

Согласовано
Директор школы

Понедельник - 2 (возраст 12 лет и старше)

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 гречневая вязкая \\Белки - 12,93 г, Жиры - 15,77 г, Углеводы - 42,33 г. Энергетическая ценность 363,10 Ккал\\	250	
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 - 1,68 г, Жиры - 0,33 г, Углеводы - 14,82 г. Энергетическая ценность 68,97 Ккал\\	30	
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 - 0,44 г, Жиры - 0,44 г, Углеводы - 10,78 г. Энергетическая ценность 48,84 Ккал\\	110	
7			
8	Итого	645	
	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	Щи из свежей капусты с картофелем, птицей и сметаной \\Белки - 7,99 г, Жиры - 11,61 г, Углеводы - 10,53 г. Энергетическая ценность 178,66 Ккал\\	300/25/10	
3	Биточки \\Белки - 18,63 г, Жиры - 14,13 г, Углеводы - 19,28 г. Энергетическая ценность 278,90 Ккал\\	120	
4	Макаронные изделия отварные \\Белки - 8,44 г, Жиры - 6,92 г, Углеводы - 40,54 г. Энергетическая ценность 258,29 Ккал\\	230	
5	Компот из кураги \\Белки - 1,00 г, Жиры - 0,10 г, Углеводы - 15,70 г. Энергетическая ценность 67,70 Ккал\\	200	
6	Хлеб ржано-пшеничный \\Белки - 2,24 г, Жиры - 0,44 г, Углеводы - 19,76 г. Энергетическая ценность 91,96 Ккал\\	40	
7	Хлеб пшеничный \\Белки - 4,74 г, Жиры - 0,60 г, Углеводы - 29,16 г. Энергетическая ценность 141,00 Ккал\\	60	
8	Итого	1085	
	Стоимость		236-00

Повар:

Приятного аппетита!



МЕНЮ



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

Вторник - 1 (возраст 12 лет и старше)

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	Каша молочная овсяная с сухофруктами \\Белки - 10,76 г, Жиры - 14,96 г, Углеводы - 50,08 г. Энергетическая ценность 378,03 Ккал\\	230	
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 - 1,68 г, Жиры - 0,33 г, Углеводы - 14,82 г. Энергетическая ценность 68,97 Ккал\\	30	
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 - 0,68 г, Жиры - 0,68 г, Углеводы - 16,66 г. Энергетическая ценность 75,48 Ккал\\	170	
7			
8	Итого	680	
	Стоимость		

ОБЕД

1	Икра из кабачков \\Белки - 1,90 г, Жиры - 8,90 г, Углеводы - 7,70 г. Энергетическая ценность 118,50 Ккал\\	100	
2	Суп картофельный с горохом и птицей \\Белки - 9,98 г, Жиры - 8,87 г, Углеводы - 19,59 г. Энергетическая ценность 198,11 Ккал\\	300/15	
3	Рыба, запеченная с сыром и луком \\Белки - 19,35 г, Жиры - 13,35 г, Углеводы - 3,45 г. Энергетическая ценность 211,35 Ккал\\	120	
4	Картофельное пюре \\Белки - 4,08 г, Жиры - 6,40 г, Углеводы - 27,25 г. Энергетическая ценность 182,97 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 - 2,24 г, Жиры - 0,44 г, Углеводы - 19,76 г. Энергетическая ценность 91,96 Ккал\\	40	
7	Хлеб пшеничный \\Белки - 5,53 г, Жиры - 0,70 г, Углеводы - 34,02 г. Энергетическая ценность 164,50 Ккал\\	70	
8	Итого	1045	
	Стоимость		236-00

Повар:

Приятного аппетита!



МЕНЮ



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

Вторник - 2 (возраст 12 лет и старше)

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	Каша молочная пшеничная вязкая \\Белки - 12,28 г, Жиры - 15,77 г, Углеводы - 47,85 г. Энергетическая ценность 382,53 Ккал\\	250	
3	Чай с сахаром \\Белки - 0,20 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 6,50 г. Энергетическая ценность 26,80 Ккал\\	200	
4	Хлеб ржано-пшеничный \\Белки - 1,68 г, Жиры - 0,33 г, Углеводы - 14,82 г. Энергетическая ценность 68,97 Ккал\\	30	
5	Хлеб пшеничный \\Белки - 3,95 г, Жиры - 0,50 г, Углеводы - 24,30 г. Энергетическая ценность 117,50 Ккал\\	50	
6	Йогурт в индивидуальной упаковке 0,120 \\Белки - 6,00 г, Жиры - 3,84 г, Углеводы - 4,20 г. Энергетическая ценность 75,36 Ккал\\	120	
7			
8	Итого	660	
	Стоимость		

ОБЕД

1	Нарезка овощная \\Белки - 0,95 г, Жиры - 0,15 г, Углеводы - 3,15 г. Энергетическая ценность 17,75 Ккал\\	100	
2	Суп картофельный с горохом и птицей \\Белки - 12,24 г, Жиры - 10,57 г, Углеводы - 19,59 г. Энергетическая ценность 222,45 Ккал\\	300/25	
3	Рыба, запеченная в омлете \\Белки - 19,06 г, Жиры - 5,45 г, Углеводы - 3,85 г. Энергетическая ценность 140,69 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 - 2,24 г, Жиры - 0,44 г, Углеводы - 19,76 г. Энергетическая ценность 91,96 Ккал\\	40	
7	Хлеб пшеничный \\Белки - 5,53 г, Жиры - 0,70 г, Углеводы - 34,02 г. Энергетическая ценность 164,50 Ккал\\	70	
8	Итого	1055	
	Стоимость		236-00

Повар:

Приятного аппетита!



МЕНЮ

Утверждаю
Генеральный директор
ООО "Комбинат Питания"

Зиновьева Л.М.

Согласовано

Директор школы



Среда - 1 (возраст 12 лет и старше)

ЗАВТРАК

	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
1	Сыр полутвердый (порциями) \\Белки - 4,64 г, Жиры - 5,93 г, Углеводы - 0,00 г. Энергетическая ценность 72,00 Ккал\\	20	
2	Гренки молочные \\Белки - 8,30 г, Жиры - 10,94 г, Углеводы - 31,82 г. Энергетическая ценность 258,94 Ккал\\	100	
3	Суп молочный с макаронными изделиями \\Белки - 6,56 г, Жиры - 5,69 г, Углеводы - 21,54 г. Энергетическая ценность 163,69 Ккал\\	300	
4	Какао \\Белки - 5,17 г, Жиры - 4,47 г, Углеводы - 19,39 г. Энергетическая ценность 138,56 Ккал\\	200	
5	Хлеб ржано-пшеничный \\Белки - 1,68 г, Жиры - 0,33 г, Углеводы - 14,82 г. Энергетическая ценность 68,97 Ккал\\	30	
6	Фрукты свежие \\Белки - 0,60 г, Жиры - 0,60 г, Углеводы - 14,70 г. Энергетическая ценность 66,60 Ккал\\	150	
7			
8	Итого	800	
	Стоимость		

ОБЕД

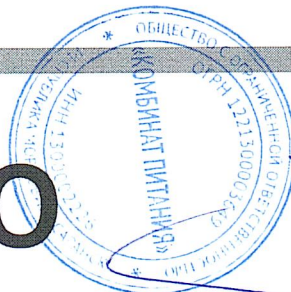
1	Нарезка овощная \\Белки - 0,95 г, Жиры - 0,15 г, Углеводы - 3,15 г. Энергетическая ценность 17,75 Ккал\\	100	
2	Борщ с капустой, картофелем, птицей и сметаной \\Белки - 8,09 г, Жиры - 11,64 г, Углеводы - 15,66 г. Энергетическая ценность 199,76 Ккал\\	300/25/10	
3	Котлеты по-хлыновски \\Белки - 13,56 г, Жиры - 15,00 г, Углеводы - 14,19 г. Энергетическая ценность 246,00 Ккал\\	100	
4	Рагу из овощей \\Белки - 3,46 г, Жиры - 15,09 г, Углеводы - 17,07 г. Энергетическая ценность 218,00 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 - 2,80 г, Жиры - 0,55 г, Углеводы - 24,70 г. Энергетическая ценность 114,95 Ккал\\	50	
7	Хлеб пшеничный \\Белки - 4,74 г, Жиры - 0,60 г, Углеводы - 29,16 г. Энергетическая ценность 141,00 Ккал\\	60	
8	Итого	1045	
	Стоимость		236-00

Повар:

Приятного аппетита!



МЕНЮ



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



Среда - 2 (возраст 12 лет и старше)

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 ячневая вязкая \Белки - 10,91 г, Жиры - 14,61 г, Углеводы - 43,03 г. Энергетическая ценность 347,33 Ккал\	250	
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 - 1,68 г, Жиры - 0,33 г, Углеводы - 14,82 г. Энергетическая ценность 68,97 Ккал\	30	
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	685	
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 из овощей с птицей \Белки - 7,56 г, Жиры - 10,24 г, Углеводы - 10,98 г. Энергетическая ценность 166,32 Ккал\	300/25	
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 - 10,31 г, Жиры - 7,31 г, Углеводы - 46,37 г. Энергетическая ценность 292,55 Ккал\	180	
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 - 2,24 г, Жиры - 0,44 г, Углеводы - 19,76 г. Энергетическая ценность 91,96 Ккал\	40	
7	Хлеб пшеничный \Белки - 5,53 г, Жиры - 0,70 г, Углеводы - 34,02 г. Энергетическая ценность 164,50 Ккал\	70	
8	Итого	1015	
Стоимость			236-00

Повар:

Приятного аппетита!



МЕНЮ

Утверждаю
Генеральный директор
ООО "Комбинат Питания"

Зиновьева Л.М.

Согласовано
Директор школы

Четверг - 1 (возраст 12 лет и старше)

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	Каша молочная рисовая вязкая \Белки - 9,37 г, Жиры - 14,46 г, Углеводы - 47,53 г. Энергетическая ценность 357,78 Ккал\	250	
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 - 1,68 г, Жиры - 0,33 г, Углеводы - 14,82 г. Энергетическая ценность 68,97 Ккал\	30	
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	Кондитерские изделия \Белки - 1,25 г, Жиры - 1,69 г, Углеводы - 10,45 г. Энергетическая ценность 62,10 Ккал\	15	
8	Итого	745	
	Стоимость		

ОБЕД

1	Фасоль с соусом \Белки - 6,20 г, Жиры - 3,00 г, Углеводы - 17,40 г. Энергетическая ценность 121,40 Ккал\	100	
2	Суп с рыбными консервами \Белки - 10,31 г, Жиры - 10,08 г, Углеводы - 17,19 г. Энергетическая ценность 200,84 Ккал\	300	
3	Жаркое \Белки - 19,69 г, Жиры - 17,81 г, Углеводы - 31,60 г. Энергетическая ценность 365,45 Ккал\	300	
4	Сок фруктовый \Белки - 1,00 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 25,40 г. Энергетическая ценность 105,60 Ккал\	200	
5	Хлеб ржано-пшеничный \Белки - 2,24 г, Жиры - 0,44 г, Углеводы - 19,76 г. Энергетическая ценность 91,96 Ккал\	40	
6	Хлеб пшеничный \Белки - 5,53 г, Жиры - 0,70 г, Углеводы - 34,02 г. Энергетическая ценность 164,50 Ккал\	70	
7			
8	Итого	1010	
	Стоимость		236-00

Повар:

Приятного аппетита!



МЕНЮ



Четверг - 2 (возраст 12 лет и старше)

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	Каша молочная пшеничная вязкая \\Белки - 12,01 г, Жиры - 14,53 г, Углеводы - 48,84 г. Энергетическая ценность 374,21 Ккал\\	250	
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 - 1,68 г, Жиры - 0,33 г, Углеводы - 14,82 г. Энергетическая ценность 68,97 Ккал\\	30	
5	Хлеб пшеничный \\Белки - 3,95 г, Жиры - 0,50 г, Углеводы - 24,30 г. Энергетическая ценность 117,50 Ккал\\	50	
6	Фрукты свежие \\Белки - 0,80 г, Жиры - 0,80 г, Углеводы - 19,60 г. Энергетическая ценность 88,80 Ккал\\	200	
7			
8	Итого	740	
	Стоимость		

ОБЕД

1	Горошек зеленый \\Белки - 3,10 г, Жиры - 0,20 г, Углеводы - 6,50 г. Энергетическая ценность 40,20 Ккал\\	100	
2	Суп крестьянский с крупой и птицей \\Белки - 7,42 г, Жиры - 10,15 г, Углеводы - 7,30 г. Энергетическая ценность 150,31 Ккал\\	300/25	
3	Рыба, тушенная в томате с овощами \\Белки - 19,50 г, Жиры - 9,90 г, Углеводы - 7,60 г. Энергетическая ценность 197,50 Ккал\\	200	
4	Картофельное пюре \\Белки - 4,69 г, Жиры - 7,36 г, Углеводы - 31,34 г. Энергетическая ценность 210,42 Ккал\\	230	
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, хлеб пшеничный \\Белки - 7,77 г, Жиры - 1,14 г, Углеводы - 53,78 г. Энергетическая ценность 256,46 Ккал\\	110	
7	Кондитерские изделия \\Белки - 1,67 г, Жиры - 2,26 г, Углеводы - 13,94 г. Энергетическая ценность 82,80 Ккал\\	20	
8	Итого	1185	
	Стоимость		236-00

Повар:

Приятного аппетита!



МЕНЮ

Утверждаю
Генеральный директор
ООО "Комбинат Питания"

Зиновьева Л.М.

Согласовано
Директор школы

Пятница - 1 (возраст 12 лет и старше)

ЗАВТРАК

	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
1	Сыр полутвердый (порциями) \\Белки - 4,64 г, Жиры - 5,93 г, Углеводы - 0,00 г. Энергетическая ценность 72,00 Ккал\\	20	
2	Каша молочная манная жидкая \\Белки - 9,88 г, Жиры - 14,59 г, Углеводы - 35,56 г. Энергетическая ценность 313,16 Ккал\\	250	
3	Напиток витаминный \\Белки - 0,48 г, Жиры - 0,15 г, Углеводы - 18,59 г. Энергетическая ценность 77,63 Ккал\\	200	
4	Хлеб ржано-пшеничный \\Белки - 1,68 г, Жиры - 0,33 г, Углеводы - 14,82 г. Энергетическая ценность 68,97 Ккал\\	30	
5	Хлеб пшеничный \\Белки - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,44 г. Энергетическая ценность 94,00 Ккал\\	40	
6	Йогурт в индивидуальной упаковке 0,120 \\Белки - 6,00 г, Жиры - 3,84 г, Углеводы - 4,20 г. Энергетическая ценность 75,36 Ккал\\	120	
7			
8	Итого	660	
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	Рассольник ленинградский с птицей и сметаной \\Белки - 5,62 г, Жиры - 8,41 г, Углеводы - 16,77 г. Энергетическая ценность 165,31 Ккал\\	250/15/5	
3	Тефтели мясные \\Белки - 12,74 г, Жиры - 12,16 г, Углеводы - 13,37 г. Энергетическая ценность 213,86 Ккал\\	100/30	
4	Каша рассыпчатая гречневая \\Белки - 10,31 г, Жиры - 7,31 г, Углеводы - 46,37 г. Энергетическая ценность 292,55 Ккал\\	180	
5	Компот из сушеных фруктов \\Белки - 0,44 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 27,76 г. Энергетическая ценность 113,01 Ккал\\	200	
6	Хлеб ржано-пшеничный \\Белки - 2,24 г, Жиры - 0,44 г, Углеводы - 19,76 г. Энергетическая ценность 91,96 Ккал\\	40	
7	Хлеб пшеничный \\Белки - 5,53 г, Жиры - 0,70 г, Углеводы - 34,02 г. Энергетическая ценность 164,50 Ккал\\	70	
8	Итого	990	
Стоимость			236-00

Повар:

Приятного аппетита!



МЕНЮ

Утверждаю
Генеральный директор
ООО "Комбинат Питания"

Зиновьева Л.М.

Согласовано

Директор школы

Пятница - 2 (возраст 12 лет и старше)

ЗАВТРАК

	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
1	Сыр полутвердый (порциями) \\Белки - 4,64 г, Жиры - 5,93 г, Углеводы - 0,00 г. Энергетическая ценность 72,00 Ккал\\	20	
2	Каша молочная "Дружба" \\Белки - 9,42 г, Жиры - 15,09 г, Углеводы - 32,33 г. Энергетическая ценность 302,84 Ккал\\	250	
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 - 1,68 г, Жиры - 0,33 г, Углеводы - 14,82 г. Энергетическая ценность 68,97 Ккал\\	30	
5	Хлеб пшеничный \\Белки - 3,95 г, Жиры - 0,50 г, Углеводы - 24,30 г. Энергетическая ценность 117,50 Ккал\\	50	
6	Фрукты свежие \\Белки - 0,80 г, Жиры - 0,80 г, Углеводы - 19,60 г. Энергетическая ценность 88,80 Ккал\\	200	
7			
8	Итого	750	
	Стоимость		

ОБЕД

1	Нарезка овощная \\Белки - 0,95 г, Жиры - 0,15 г, Углеводы - 3,15 г. Энергетическая ценность 17,75 Ккал\\	100	
2	Борщ с капустой, картофелем, птицей и сметаной \\Белки - 8,09 г, Жиры - 11,64 г, Углеводы - 15,66 г. Энергетическая ценность 199,76 Ккал\\	300/25/10	
3	Тефтели мясные \\Белки - 12,74 г, Жиры - 12,16 г, Углеводы - 13,37 г. Энергетическая ценность 213,86 Ккал\\	100/30	
4	Макаронные изделия отварные \\Белки - 7,34 г, Жиры - 6,02 г, Углеводы - 35,26 г. Энергетическая ценность 224,60 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 - 2,24 г, Жиры - 0,44 г, Углеводы - 19,76 г. Энергетическая ценность 91,96 Ккал\\	40	
7	Хлеб пшеничный \\Белки - 5,53 г, Жиры - 0,70 г, Углеводы - 34,02 г. Энергетическая ценность 164,50 Ккал\\	70	
8	Итого	1075	
	Стоимость		236-00

Повар:

Приятного аппетита!



МЕНЮ

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

Согласовано
Директор школы

Суббота - 1 (возраст 12 лет и старше)

ЗАВТРАК

	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
1	Пудинг из творога с яблоками Белки - 28,58 г, Жиры - 21,98 г, Углеводы - 21,65 г. Энергетическая ценность 398,70 Ккал\	200	
2	Джем Белки - 0,10 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 14,32 г. Энергетическая ценность 57,68 Ккал\	20	
3	Чай с сахаром Белки - 0,20 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 6,50 г. Энергетическая ценность 26,80 Ккал\	200	
4	Хлеб пшеничный Белки - 4,74 г, Жиры - 0,60 г, Углеводы - 29,16 г. Энергетическая ценность 141,00 Ккал\	60	
5	Фрукты свежие Белки - 0,84 г, Жиры - 0,84 г, Углеводы - 20,58 г. Энергетическая ценность 93,24 Ккал\	210	
6			
7			
8	Итого	690	
	Стоимость		

ОБЕД

1	Нарезка овощная Белки - 0,95 г, Жиры - 0,15 г, Углеводы - 3,15 г. Энергетическая ценность 17,75 Ккал\	100	
2	Суп из овощей с птицей Белки - 7,56 г, Жиры - 10,24 г, Углеводы - 10,98 г. Энергетическая ценность 166,32 Ккал\	300/25	
3	Рыба, тушенная в томате с овощами Белки - 23,40 г, Жиры - 11,88 г, Углеводы - 9,12 г. Энергетическая ценность 237,00 Ккал\	240	
4	Картофель отварной (запеченный) Белки - 4,87 г, Жиры - 9,20 г, Углеводы - 39,14 г. Энергетическая ценность 258,91 Ккал\	230	
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 - 3,08 г, Жиры - 0,66 г, Углеводы - 29,64 г. Энергетическая ценность 137,94 Ккал\	60	
7	Хлеб пшеничный Белки - 3,95 г, Жиры - 0,50 г, Углеводы - 24,30 г. Энергетическая ценность 117,50 Ккал\	50	
8	Итого	1205	
	Стоимость		236-00

Повар:

Приятного аппетита!



МЕНЮ

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

Согласовано
Директор школы

Суббота - 2 (возраст 12 лет и старше)

ЗАВТРАК

	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
1	Запеканка из творога с молоком сгущенным \\Белки - 37,59 г, Жиры - 24,61 г, Углеводы - 39,95 г. Энергетическая ценность 531,74 Ккал\\	200/20	
2	Суп молочный с крупой \\Белки - 3,71 г, Жиры - 4,46 г, Углеводы - 7,68 г. Энергетическая ценность 85,78 Ккал\\	250	
3	Чай с сахаром \\Белки - 0,20 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 6,50 г. Энергетическая ценность 26,80 Ккал\\	200	
4	Хлеб ржано-пшеничный \\Белки - 1,68 г, Жиры - 0,33 г, Углеводы - 14,82 г. Энергетическая ценность 68,97 Ккал\\	30	
5	Хлеб пшеничный \\Белки - 2,37 г, Жиры - 0,30 г, Углеводы - 14,58 г. Энергетическая ценность 70,50 Ккал\\	30	
6			
7			
8	Итого	730	
	Стоимость		

ОБЕД

1	Помидор в нарезке \\Белки - 1,10 г, Жиры - 0,20 г, Углеводы - 3,80 г. Энергетическая ценность 21,40 Ккал\\	100	
2	Суп картофельный с рыбными фрикадельками \\Белки - 11,13 г, Жиры - 3,94 г, Углеводы - 19,30 г. Энергетическая ценность 157,24 Ккал\\	300/60	
3	Биточки \\Белки - 18,63 г, Жиры - 14,13 г, Углеводы - 19,28 г. Энергетическая ценность 278,90 Ккал\\	120	
4	Рагу из овощей \\Белки - 3,46 г, Жиры - 15,09 г, Углеводы - 17,07 г. Энергетическая ценность 218,00 Ккал\\	200	
5	Компот из сушеных фруктов \\Белки - 0,44 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 27,76 г. Энергетическая ценность 113,01 Ккал\\	200	
6	Хлеб ржано-пшеничный \\Белки - 2,80 г, Жиры - 0,55 г, Углеводы - 24,70 г. Энергетическая ценность 114,95 Ккал\\	50	
7	Хлеб пшеничный \\Белки - 5,53 г, Жиры - 0,70 г, Углеводы - 34,02 г. Энергетическая ценность 164,50 Ккал\\	70	
8	Итого	1100	
	Стоимость		236-00

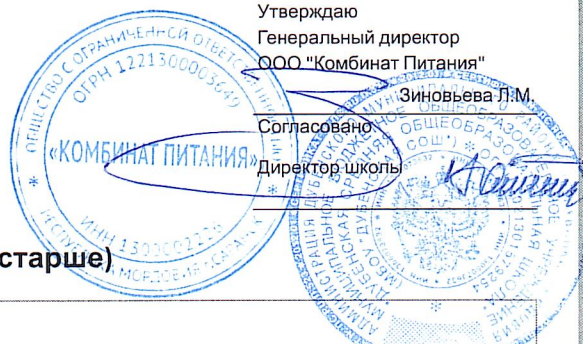
Повар:

Приятного аппетита!



МЕНЮ

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



Воскресенье - 1 (возраст 12 лет и старше)

ЗАВТРАК

	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
1	Горошек зеленый Белки - 3,10 г, Жиры - 0,20 г, Углеводы - 6,50 г. Энергетическая ценность 40,20 Ккал\	100	
2	Омлет натуральный Белки - 19,68 г, Жиры - 25,62 г, Углеводы - 3,57 г. Энергетическая ценность 323,66 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 - 1,68 г, Жиры - 0,33 г, Углеводы - 14,82 г. Энергетическая ценность 68,97 Ккал\	30	
5	Хлеб пшеничный Белки - 3,95 г, Жиры - 0,50 г, Углеводы - 24,30 г. Энергетическая ценность 117,50 Ккал\	50	
6	Кондитерские изделия Белки - 1,67 г, Жиры - 2,26 г, Углеводы - 13,94 г. Энергетическая ценность 82,80 Ккал\	20	
7			
8	Итого	600	
Стоимость			

ОБЕД

1	Икра овощная Белки - 1,90 г, Жиры - 8,90 г, Углеводы - 7,70 г. Энергетическая ценность 118,50 Ккал\	100	
2	Суп с вермишелью и птицей Белки - 8,04 г, Жиры - 9,33 г, Углеводы - 13,00 г. Энергетическая ценность 168,13 Ккал\	250/25	
3	Запеканка из печени с рисом Белки - 30,47 г, Жиры - 16,90 г, Углеводы - 33,57 г. Энергетическая ценность 408,38 Ккал\	250	
4	Кисель из сока Белки - 0,60 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 39,40 г. Энергетическая ценность 160,00 Ккал\	200	
5	Хлеб ржано-пшеничный Белки - 2,24 г, Жиры - 0,44 г, Углеводы - 19,76 г. Энергетическая ценность 91,96 Ккал\	40	
6	Хлеб пшеничный Белки - 4,74 г, Жиры - 0,60 г, Углеводы - 29,16 г. Энергетическая ценность 141,00 Ккал\	60	
7			
8	Итого	925	
Стоимость			236-00

Повар:

Приятного аппетита!



МЕНЮ

Утверждаю
Генеральный директор
ООО "Комбинат Питания"

Зиновьева Л.М.

Согласовано

Директор школы



Воскресенье - 2 (возраст 12 лет и старше)

ЗАВТРАК

	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
1	Горошек зеленый \\Белки - 3,10 г, Жиры - 0,20 г, Углеводы - 6,50 г. Энергетическая ценность 40,20 Ккал\\	100	
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 - 1,68 г, Жиры - 0,33 г, Углеводы - 14,82 г. Энергетическая ценность 68,97 Ккал\\	30	
5	Хлеб пшеничный \\Белки - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,44 г. Энергетическая ценность 94,00 Ккал\\	40	
6	Кондитерские изделия \\Белки - 1,67 г, Жиры - 2,26 г, Углеводы - 13,94 г. Энергетическая ценность 82,80 Ккал\\	20	
7			
8	Итого	590	
	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 - 6,62 г, Жиры - 5,96 г, Углеводы - 20,57 г. Энергетическая ценность 162,40 Ккал\\	300/15	
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 - 5,11 г, Жиры - 7,52 г, Углеводы - 51,35 г. Энергетическая ценность 293,58 Ккал\\	210	
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 - 2,24 г, Жиры - 0,44 г, Углеводы - 19,76 г. Энергетическая ценность 91,96 Ккал\\	40	
7	Хлеб пшеничный \\Белки - 5,53 г, Жиры - 0,70 г, Углеводы - 34,02 г. Энергетическая ценность 164,50 Ккал\\	70	
8	Итого	1055	
	Стоимость		236-00

Повар:

Приятного аппетита!