



МЕНЮ



Понедельник - 1 (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	Макароньы отварные с сыром \\Белки - 7,90 г, Жиры - 7,20 г, Углеводы - 28,60 г. Энергетическая ценность 210,80 Ккал\\	150	
3	Какао с молоком сгущенным \\Белки - 3,15 г, Жиры - 2,97 г, Углеводы - 20,18 г. Энергетическая ценность 120,06 Ккал\\	180	
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 - 1,58 г, Жиры - 0,20 г, Углеводы - 9,72 г. Энергетическая ценность 47,00 Ккал\\	20	
6	Фрукты свежие \\Белки - 0,60 г, Жиры - 0,60 г, Углеводы - 15,67 г. Энергетическая ценность 70,50 Ккал\\	150	
7			
8	Итого	530	
	Стоимость		63,72

ОБЕД

1	Икра овощная \\Белки - 1,02 г, Жиры - 5,40 г, Углеводы - 7,23 г. Энергетическая ценность 81,60 Ккал\\	60	
2	Борщ с капустой и картофелем \\Белки - 1,44 г, Жиры - 3,93 г, Углеводы - 10,45 г. Энергетическая ценность 83,00 Ккал\\	200	
3	Каша гречневая с птицей \\Белки - 17,40 г, Жиры - 17,04 г, Углеводы - 45,60 г. Энергетическая ценность 405,36 Ккал\\	240	
4	Чай с апельсином \\Белки - 0,17 г, Жиры - 0,07 г, Углеводы - 13,53 г. Энергетическая ценность 55,43 Ккал\\	200	
5	Хлеб ржано-пшеничный \\Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал\\	20	
6	Хлеб пшеничный \\Белки - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,44 г. Энергетическая ценность 94,00 Ккал\\	40	
7			
8	Итого	760	
	Стоимость		69,62

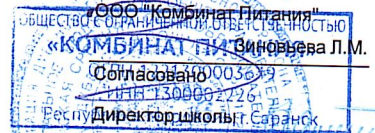
Повар:

Приятного аппетита!



МЕНЮ

Утверждаю
Генеральный директор



Понедельник - 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 вязкая молочная пшенная с маслом сливочным \\Белки - 6,43 г, Жиры - 7,49 г, Углеводы - 34,46 г. Энергетическая ценность 231,00 Ккал\\	150/5	
3	Кофейный напиток с молоком \\Белки - 3,42 г, Жиры - 3,12 г, Углеводы - 10,08 г. Энергетическая ценность 82,08 Ккал\\	180	
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 - 1,58 г, Жиры - 0,20 г, Углеводы - 9,72 г. Энергетическая ценность 47,00 Ккал\\	20	
6	Фрукты свежие \\Белки - 0,60 г, Жиры - 0,60 г, Углеводы - 15,67 г. Энергетическая ценность 70,50 Ккал\\	150	
7			
8	Итого	540	
	Стоимость		63,72

ОБЕД

1	Салат витаминный с кукурузой \\Белки - 1,54 г, Жиры - 3,73 г, Углеводы - 13,28 г. Энергетическая ценность 92,94 Ккал\\	60	
2	Борщ с капустой и картофелем \\Белки - 1,44 г, Жиры - 3,93 г, Углеводы - 10,45 г. Энергетическая ценность 83,00 Ккал\\	200	
3	Биточки \\Белки - 15,03 г, Жиры - 11,34 г, Углеводы - 15,14 г. Энергетическая ценность 222,76 Ккал\\	90	
4	Макаронные изделия отварные \\Белки - 5,87 г, Жиры - 4,81 г, Углеводы - 28,20 г. Энергетическая ценность 179,68 Ккал\\	160	
5	Чай с апельсином \\Белки - 0,17 г, Жиры - 0,07 г, Углеводы - 13,53 г. Энергетическая ценность 55,43 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 - 2,37 г, Жиры - 0,30 г, Углеводы - 14,58 г. Энергетическая ценность 70,50 Ккал\\	30	
8	Итого	760	
	Стоимость		69,62

Повар:

Приятного аппетита!



МЕНЮ

Утверждаю
Генеральный директор
ООО "Комбинат Питания"
Зиновьева Л.М.
«КОМБИНАТ ПИТАНИЯ»
ОГРН 1221300003649
ИНН 1300002226
Согласовано
Директор школы

Вторник - 1 (возраст 7 - 11 лет)

ЗАВТРАК

	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
1	Яйца вареные \\Белки - 5,08 г, Жиры - 4,60 г, Углеводы - 0,28 г. Энергетическая ценность 63,00 Ккал\\	40	
2	Каша вязкая молочная из ячневой крупы с маслом сливочным \\Белки - 5,46 г, Жиры - 6,52 г, Углеводы - 29,36 г. Энергетическая ценность 198,00 Ккал\\	150/5	
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 - 1,12 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	Фрукты свежие \\Белки - 0,80 г, Жиры - 0,80 г, Углеводы - 20,90 г. Энергетическая ценность 94,00 Ккал\\	200	
7			
8	Итого	645	
	Стоимость		63,72

ОБЕД

1	Салат из белокочанной капусты с морковью \\Белки - 0,78 г, Жиры - 1,94 г, Углеводы - 3,88 г. Энергетическая ценность 36,24 Ккал\\	60	
2	Суп картофельный с крупой \\Белки - 1,57 г, Жиры - 2,17 г, Углеводы - 10,69 г. Энергетическая ценность 68,60 Ккал\\	200	
3	Гуляш \\Белки - 9,75 г, Жиры - 10,77 г, Углеводы - 3,75 г. Энергетическая ценность 150,93 Ккал\\	90	
4	Рис отварной \\Белки - 3,65 г, Жиры - 5,37 г, Углеводы - 36,68 г. Энергетическая ценность 209,70 Ккал\\	150	
5	Кисель фруктовый \\Белки - 0,09 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 26,91 г. Энергетическая ценность 108,00 Ккал\\	180	
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 - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,44 г. Энергетическая ценность 94,00 Ккал\\	40	
8	Итого	740	
	Стоимость		69,62

Повар:

Приятного аппетита!



МЕНЮ



Вторник - 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	Каша вязкая молочная из риса с маслом сливочным \\Белки - 4,48 г, Жиры - 6,37 г, Углеводы - 32,18 г. Энергетическая ценность 204,00 Ккал\\	150/5	
3	Чай с сухофруктами \\Белки - 0,37 г, Жиры - 0,09 г, Углеводы - 12,17 г. Энергетическая ценность 51,00 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	Напиток "Снежок" 2,5% жирности \\Белки - 4,05 г, Жиры - 3,75 г, Углеводы - 16,20 г. Энергетическая ценность 114,75 Ккал\\	150	
7			
8	Итого	565	
	Стоимость		63,72

ОБЕД

1	Салат из белокочанной капусты с морковью \\Белки - 0,78 г, Жиры - 1,94 г, Углеводы - 3,88 г. Энергетическая ценность 36,24 Ккал\\	60	
2	Суп картофельный с горохом \\Белки - 5,49 г, Жиры - 5,27 г, Углеводы - 19,70 г. Энергетическая ценность 148,25 Ккал\\	250	
3	Рагу из птицы \\Белки - 26,38 г, Жиры - 8,75 г, Углеводы - 21,88 г. Энергетическая ценность 271,75 Ккал\\	250	
4	Сок фруктовый или овощной \\Белки - 0,60 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 32,60 г. Энергетическая ценность 136,40 Ккал\\	200	
5	Хлеб ржано-пшеничный \\Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал\\	20	
6	Хлеб пшеничный \\Белки - 3,95 г, Жиры - 0,50 г, Углеводы - 24,30 г. Энергетическая ценность 117,50 Ккал\\	50	
7			
8	Итого	830	
	Стоимость		69,62

Повар:

Приятного аппетита!



МЕНЮ



Среда - 1 (возраст 7 - 11 лет)

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 вязкая молочная пшеничная с маслом сливочным \\Белки - 6,43 г, Жиры - 7,49 г, Углеводы - 34,46 г. Энергетическая ценность 231,00 Ккал\\	150/5	
3	Кофейный напиток с молоком \\Белки - 3,80 г, Жиры - 3,46 г, Углеводы - 11,20 г. Энергетическая ценность 91,20 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	Фрукты свежие \\Белки - 0,40 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 10,45 г. Энергетическая ценность 47,00 Ккал\\	100	
7			
8	Итого	525	
	Стоимость		63,72

ОБЕД

1	Салат из моркови с сахаром \\Белки - 0,74 г, Жиры - 0,05 г, Углеводы - 6,96 г. Энергетическая ценность 31,38 Ккал\\	60	
2	Суп из овощей \\Белки - 1,27 г, Жиры - 3,99 г, Углеводы - 8,80 г. Энергетическая ценность 76,20 Ккал\\	200	
3	Котлеты \\Белки - 15,03 г, Жиры - 11,34 г, Углеводы - 15,14 г. Энергетическая ценность 222,76 Ккал\\	90	
4	Пюре из гороха \\Белки - 13,16 г, Жиры - 4,99 г, Углеводы - 33,51 г. Энергетическая ценность 231,65 Ккал\\	150	
5	Компот из смеси сухофруктов \\Белки - 0,45 г, Жиры - 0,00 г, Углеводы - 17,77 г. Энергетическая ценность 72,90 Ккал\\	180	
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 - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,44 г. Энергетическая ценность 94,00 Ккал\\	40	
8	Итого	740	
	Стоимость		69,62

Повар:

Приятного аппетита!



МЕНЮ

Утверждаю
Генеральный директор

ООО «Комбинат Питания»
«КОМБИНАТ ПИТАНИЯ»
г. Иваново Л.М.

Согласовано
Директор школы

Среда - 2 (возраст 7 - 11 лет)

ЗАВТРАК

	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
1	Яйца вареные Белки - 5,08 г, Жиры - 4,60 г, Углеводы - 0,28 г. Энергетическая ценность 63,00 Ккал\	40	
2	Макароны отварные с сыром Белки - 10,53 г, Жиры - 9,60 г, Углеводы - 38,13 г. Энергетическая ценность 281,06 Ккал\	200	
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 - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал\	20	
5	Хлеб пшеничный Белки - 1,58 г, Жиры - 0,20 г, Углеводы - 9,72 г. Энергетическая ценность 47,00 Ккал\	20	
6	Кондитерские изделия Белки - 1,67 г, Жиры - 2,26 г, Углеводы - 13,94 г. Энергетическая ценность 82,80 Ккал\	20	
7			
8	Итого	500	
	Стоимость		63,72

ОБЕД

1	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком Белки - 1,75 г, Жиры - 6,18 г, Углеводы - 9,25 г. Энергетическая ценность 99,50 Ккал\	100	
2	Щи из свежей капусты с картофелем Белки - 1,77 г, Жиры - 4,95 г, Углеводы - 9,53 г. Энергетическая ценность 89,75 Ккал\	250	
3	Птица, тушенная в соусе с овощами Белки - 13,65 г, Жиры - 15,98 г, Углеводы - 17,19 г. Энергетическая ценность 267,20 Ккал\	200	
4	Кисель абрикосовый Белки - 0,13 г, Жиры - 0,04 г, Углеводы - 19,47 г. Энергетическая ценность 78,76 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 - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,44 г. Энергетическая ценность 94,00 Ккал\	40	
7			
8	Итого	830	
	Стоимость		69,62

Повар:

Приятного аппетита!



МЕНЮ

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

«КОМБИНАТ ПИТАНИЯ»
Согласовано
Директор школы

Четверг - 1 (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	Каша вязкая молочная гречневая с маслом сливочным Белки - 6,89 г, Жиры - 6,73 г, Углеводы - 29,69 г. Энергетическая ценность 206,96 Ккал\	150/5	
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 - 1,58 г, Жиры - 0,20 г, Углеводы - 9,72 г. Энергетическая ценность 47,00 Ккал\	20	
6	Кондитерские изделия Белки - 2,09 г, Жиры - 2,82 г, Углеводы - 17,42 г. Энергетическая ценность 103,50 Ккал\	25	
7	Ряженка 2,5% жирности Белки - 4,35 г, Жиры - 3,75 г, Углеводы - 6,33 г. Энергетическая ценность 76,50 Ккал\	150	
8	Итого	580	
	Стоимость		63,72

ОБЕД

1	Салат из свеклы отварной Белки - 0,84 г, Жиры - 3,60 г, Углеводы - 4,95 г. Энергетическая ценность 55,68 Ккал\	60	
2	Щи из свежей капусты с картофелем Белки - 1,41 г, Жиры - 3,96 г, Углеводы - 7,62 г. Энергетическая ценность 71,80 Ккал\	200	
3	Плов из отварной птицы Белки - 13,70 г, Жиры - 22,18 г, Углеводы - 35,11 г. Энергетическая ценность 394,90 Ккал\	200	
4	Сок фруктовый или овощной Белки - 0,54 г, Жиры - 0,36 г, Углеводы - 29,34 г. Энергетическая ценность 122,76 Ккал\	180	
5	Хлеб ржано-пшеничный Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал\	20	
6	Хлеб пшеничный Белки - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,44 г. Энергетическая ценность 94,00 Ккал\	40	
7			
8	Итого	700	
	Стоимость		69,62

Повар:

Приятного аппетита!



МЕНЮ

Утверждаю

Генеральный директор

ООО "Комбинат Питания"

Зиновьева Л.М.

Согласовано

17.06.2014 г.

Директор школы

Чар. С. С. Саранск

Пятница - 1 (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 вязкая молочная из риса и пшена с маслом сливочным Белки - 4,54 г, Жиры - 6,67 г, Углеводы - 25,07 г. Энергетическая ценность 178,50 Ккал\	150/5	
3	Чай фруктовый с яблоками Белки - 0,12 г, Жиры - 0,02 г, Углеводы - 11,16 г. Энергетическая ценность 45,30 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 - 2,37 г, Жиры - 0,30 г, Углеводы - 14,58 г. Энергетическая ценность 70,50 Ккал\	30	
6	Фрукты свежие Белки - 0,80 г, Жиры - 0,80 г, Углеводы - 20,90 г. Энергетическая ценность 94,00 Ккал\	200	
7			
8	Итого	620	
	Стоимость		63,72

ОБЕД

1	Салат из белокочанной капусты с яблоками Белки - 0,07 г, Жиры - 2,99 г, Углеводы - 6,69 г. Энергетическая ценность 54,06 Ккал\	60	
2	Суп картофельный с горохом Белки - 4,39 г, Жиры - 4,22 г, Углеводы - 15,76 г. Энергетическая ценность 118,60 Ккал\	200	
3	Мясо-крупяные шарики Белки - 13,73 г, Жиры - 11,60 г, Углеводы - 15,90 г. Энергетическая ценность 222,92 Ккал\	90	
4	Картофель отварной, запеченный с растительным маслом Белки - 3,15 г, Жиры - 4,95 г, Углеводы - 25,90 г. Энергетическая ценность 160,77 Ккал\	150	
5	Напиток витаминный Белки - 0,41 г, Жиры - 0,14 г, Углеводы - 18,45 г. Энергетическая ценность 76,77 Ккал\	180	
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 - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,44 г. Энергетическая ценность 94,00 Ккал\	40	
8	Итого	740	
	Стоимость		69,62

Повар:

Приятного аппетита!



МЕНЮ

Утверждаю
Генеральный директор
ООО "Комбинат Питания"

Согласовано
Директор школы
Республика Мордовия, г.Саранск

Общество с ограниченной ответственностью «КОМБИНАТ ПИТАНИЯ»
ИНН 63-01-00003649

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 вязкая молочная из риса и пшена с маслом сливочным \\Белки - 4,54 г, Жиры - 6,67 г, Углеводы - 25,07 г. Энергетическая ценность 178,50 Ккал\\	150/5	
3	Какао с молоком \\Белки - 4,60 г, Жиры - 4,40 г, Углеводы - 12,30 г. Энергетическая ценность 107,20 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	Фрукты свежие \\Белки - 0,60 г, Жиры - 0,60 г, Углеводы - 15,67 г. Энергетическая ценность 70,50 Ккал\\	150	
7			
8	Итого	570	
	Стоимость		63,72

ОБЕД

1	Салат овощной с фасолью \\Белки - 1,48 г, Жиры - 6,21 г, Углеводы - 7,80 г. Энергетическая ценность 93,04 Ккал\\	60	
2	Суп крестьянский с крупой \\Белки - 1,19 г, Жиры - 3,93 г, Углеводы - 5,21 г. Энергетическая ценность 61,00 Ккал\\	200	
3	Овощное рагу с мясом \\Белки - 14,43 г, Жиры - 15,90 г, Углеводы - 24,37 г. Энергетическая ценность 298,31 Ккал\\	240	
4	Сок фруктовый или овощной \\Белки - 0,60 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 32,60 г. Энергетическая ценность 136,40 Ккал\\	200	
5	Хлеб ржано-пшеничный \\Белки - 1,12 г, Жиры - 0,22 г, Углеводы - 9,88 г. Энергетическая ценность 45,98 Ккал\\	20	
6	Хлеб пшеничный \\Белки - 3,16 г, Жиры - 0,40 г, Углеводы - 19,44 г. Энергетическая ценность 94,00 Ккал\\	40	
7			
8	Итого	760	
	Стоимость		69,62

Повар:

Приятного аппетита!