



МЕНЮ

12-18 лет

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным	205	5,4	10,1	39,4	273,0
Какао с молоком	200	4,1	3,5	17,6	119,0
Бутерброд с колбасой п/к	19/23	4,9	8,1	11,8	140,1
Яблоко	125	0,5	0,5	12,3	58,8
Стоимость комплекса 57,69		14,9	22,2	81,1	590,9
Обед					
Суп картофельный с горохом лущеным	250	5,5	5,3	16,5	148,0
Биточек из мяса птицы	100	14,3	17,2	17,9	296,2
Макаронные изделия отварные	180	6,6	5,4	31,7	201,8
Зелёный горошек консервированный отварной	11	0,4		0,6	3,7
Напиток из смеси сухофруктов	200	0,6		32,0	133,0
Хлеб ржаной	23	1,5	0,3	7,7	40,0
Стоимость комплекса 57,69		28,9	28,2	106,4	822,7
Полдник					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200			20,2	88,0
Груша	130	0,5	0,4	13,4	61,1
Пирожок с конфитюром	60	3,5	1,4	34,6	164,0
Стоимость комплекса 57,69		4,0	1,8	68,2	313,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		47,8	52,2	255,7	1 726,7

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав.производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.



МЕНЮ
12-18 лет
ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Шницель из свинины	90	14,3	17,6	11,9	262,0
Рис отварной	180	4,3	5,1	45,0	243,8
Огурец свежий	56	0,3		1,2	5,9
Батон йодированный	21	1,6	0,6	10,8	55,0
Чай с сахаром	200/15	0,1		15,0	60,0
Стоимость комплекса 57,69		20,6	23,3	83,9	626,7
Обед					
Суп с макаронными изделиями и мясом	250/5	3,2	3,3	15,7	105,7
Котлета натуральная из филе кури панированная запеченая	100	20,4	13,9	21,4	296,7
Капуста тушеная	180	4,2	6,2	18,3	149,7
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,1		10,0	40,0
Хлеб ржаной	21	1,4	0,3	7,0	36,5
Булочка домашняя	50	3,6	6,3	22,0	159,0
Стоимость комплекса 57,69		32,9	30,0	94,4	787,6
Полдник					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200			20,2	88,0
Яблоко	125	0,5	0,5	12,3	58,8
Рулет эстонский с сыром и кунжутом	65	8,6	9,2	30,2	245,9
Стоимость комплекса 57,69		9,1	9,7	62,7	392,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		62,6	63,0	241,0	1 807,0

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав.производством

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.



МЕНЮ
12-18 лет
ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Пудинг творожный с молоком сгущенным	135/30	22,3	9,6	41,0	356,7
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,1		10,0	40,0
Булочка с изюмом	60	5,3	2,3	36,1	186,0
Яблоко	125	0,5	0,5	12,3	58,8
Стоимость комплекса 57,69		28,2	12,4	99,4	641,5
Обед					
Борщ из свежей капусты с картофелем	250	15,5	4,9	10,9	103,8
Тефтели "Сочные" с соусом красным основным	50/50	7,6	10,3	8,0	156,2
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,3	7,3	46,4	292,7
Напиток из смеси свежих плодов	200	0,3	0,1	34,8	143,0
Хлеб ржаной	37	2,4	0,4	12,4	64,4
Печенье в асс.	20	1,1	6,9	11,9	111,0
Стоимость комплекса 57,69		37,2	29,9	124,4	871,1
Полдник					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200			20,2	88,0
Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38,0
Хачапури с сыром	60	8,5	6,0	24,0	191,4
Стоимость комплекса 57,69		9,3	6,2	51,7	317,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		74,7	48,5	275,5	1 830,0

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав.производством

а

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

МЕНЮ
12-18 лет
ДЕНЬ 4



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Биточек из мяса птицы	90	12,7	15,5	16,1	266,6
Пюре картофельное	180	3,7	5,8	24,5	164,8
Зелёный горошек консервированный отварной	12	0,4		0,7	4,0
Чай с лимоном	200/15/3	0,2		15,1	61,9
Булочка домашняя с сахаром	50	4,3	2,0	30,5	156,9
Стоимость комплекса 57,69		21,3	23,3	86,9	664,2
Обед					
Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,8	5,0	7,9	90,0
Плов со свиной	250	16,9	17,4	54,1	454,8
Напиток из смеси сухофруктов	200	0,6		32,0	133,0
Хлеб ржаной	26	1,7	0,3	8,7	45,2
Батон йодированный	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Стоимость комплекса 57,69		23,3	23,6	118,1	801,6
Полдник					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200			20,2	88,0
Груша	115	0,5	0,3	11,8	54,1
Пирожок с конфитюром	60	3,1	1,3	20,1	104,6
Стоимость комплекса 57,69		3,6	1,6	52,1	246,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		48,2	48,5	257,1	1 702,5

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав.производством

С

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.

12-18 лет

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Сосиска отварная	50	5,5	12,0	0,2	130,5
Макаронные изделия отварные	150	5,5	4,5	26,3	167,7
Батон йодированный	24	1,8	0,7	12,3	62,9
Чай с низким содержанием сахара и лимоном	200/10/5	0,2		10,2	42,6
Печенье в асс.	20	1,1	6,9	11,9	111,0
Яблоко	125	0,5	0,5	12,3	58,8
Стоимость комплекса 57,69		14,6	24,6	73,2	573,5
Обед					
Рассольник Ленинградский	250	2,0	5,0	12,0	107,0
Котлета рыбная "Волжанка" с томатным соусом	50/50	7,3	8,1	10,4	147,9
Рис отварной	200	4,8	5,7	49,9	270,6
Напиток из яблок сушеных	200	0,2		17,1	69,9
Хлеб ржаной	38	2,5	0,5	12,7	66,1
Булочка с посыпкой	50	4,3	2,4	28,6	153,5
Стоимость комплекса 57,69		21,1	21,7	130,7	815,0
Полдник					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200			20,2	88,0
Пирожок с яйцом, сыром	75/2	8,3	7,5	25,4	203,4
Вафли в инд.упак	34	1,0	1,1	26,3	120,4
Стоимость комплекса 57,69		9,3	8,6	71,9	411,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		45,0	54,9	275,8	1 800,3

Стремянова Ю.Ю.

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

МЕНЮ
12-18 лет
ДЕНЬ 6



Ю.И.И.

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Тефтели Сочные с соусом красным основным	50/50	7,6	10,2	8,0	155,1
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,3	7,3	46,4	293,0
Огурец свежий	28	0,1		0,6	2,9
Чай с сахаром	200/15	0,1		15,0	60,0
Пирожное песочное	35	3,9	8,8	25,8	201,1
Стоимость комплекса 57,69		22,0	26,3	95,8	712,1
Обед					
Суп с макаронными изделиями и мясом	250/5	3,2	3,3	15,7	105,7
Котлета натуральная из филе кури панированная запеченая	100	20,4	13,9	21,4	296,7
Капуста тушеная	180	4,2	6,2	18,3	149,7
Чай с низким содержанием сахара	200/10	0,1		10,0	40,0
Хлеб ржаной	21	1,4	0,3	7,0	36,5
Булочка домашняя	50	3,6	6,3	22,0	159,0
Стоимость комплекса 57,69		32,9	30,0	94,4	787,6
Полдник					
Сок фруктовый в инд.упаковке	200			20,2	88,0
Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38,0
Хачапури с сыром	60	8,5	6,0	24,0	191,4
Стоимость комплекса 57,69		9,3	6,2	51,7	317,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		64,2	62,5	241,9	1 817,1

Генеральный директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав.производством

а

Ивченко С.В.

Стремянова Ю.Ю.