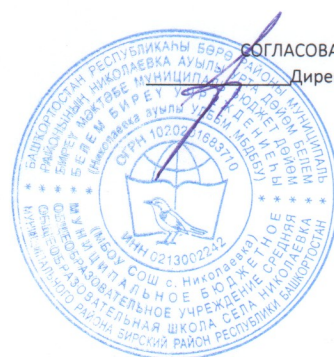




ПОНЕДЕЛЬНИК - 1 неделя

Сезон:осень-зима

Возрастная категория : с 7 до 11 лет

Начальные классы с 1 по 4/ММС с 7 до 11 лет/Родительская плата

№ТК	Завтрак	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кКал
			Белки	Жиры	Углеводы	
1	Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60,00/35,00	8,10	5,06	7,00	105,40
172	Макаронные изделия отварные	150,00	5,50	4,20	33,30	196,00
282	Чай с сахаром	200,00	0,10	0,00	10,10	36,00
1,04	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания витаминизированный	45,00	3,37	0,45	21,60	103,95
1	Масло сливочное	10,00	0,10	8,30	0,10	75,00
ИТОГО по приему: Завтрак		500,00	17,17	18,01	72,10	516,35

ОВЗ / ИНВАЛИДЫ с 7 до 11 лет

№ТК	Завтрак	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кКал
			Белки	Жиры	Углеводы	
1	Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60,00/35,00	8,10	5,06	7,00	105,40
172	Макаронные изделия отварные	150,00	5,50	4,20	33,30	196,00
282	Чай с сахаром	200,00	0,10	0,00	10,10	36,00
1,04	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания витаминизированный	45,00	3,37	0,45	21,60	103,95
ИТОГО по приему: Завтрак		490,00	17,07	9,71	72,00	441,35

№ТК	Обед	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кКалл
			Белки	Жиры	Углеводы	
17	Икра из моркови	40	0,6	2,7	8,7	60
53	Щи из свежей капусты со сметаной	200,00/5,00	1,40	4,50	6,80	76,00
	Гуляш куриный	60,00	15,40	11,06	7,80	173,60
211	Каша рисовая рассыпчатая	150,00	5,00	4,27	33,30	196,00
293	Компот из смеси сухофруктов	200,00	0,90	0,05	23,60	91,00
1,04	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	55,00	3,91	0,50	22,48	107,55
ИТОГО по приему: Обед		710,00	27,21	23,08	102,68	704,15
ИТОГО по приему: За день		1 200,00	44,28	32,79	174,68	1 145,50

Шеф-повар

Ведущий: Синюков В.В.



МЕНЮ



ПОНЕДЕЛЬНИК - 1 неделя

Сезон:осень-зима

Возрастная категория : с 12 лет до 18 лет

ММС с 12 и старше

№ТК	Завтрак	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кКалл
			Белки	Жиры	Углеводы	
1	Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60,00/35,00	8,10	5,06	7,00	105,40
172	Макаронные изделия отварные	200,00	7,33	5,60	44,40	261,33
282	Чай с сахаром	200,00	0,10	0,00	9,10	35,00
1,04	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания витаминизированный	45,00	3,37	0,45	21,60	103,95
1,02	Масло сливочное	10,00	0,10	8,30	0,10	75,00
ИТОГО по приему: Завтрак		550,00	19,00	19,41	82,20	580,68

ОВЗ / ИНВАЛИДЫ с 12 и старше

№ТК	Завтрак	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кКалл
			Белки	Жиры	Углеводы	
1	Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60,00/35,00	8,10	5,06	7,00	105,40
172	Макаронные изделия отварные	150,00	7,33	5,60	44,40	261,33
282	Чай с сахаром	200,00	0,10	0,00	9,10	35,00
1,04	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания витаминизированный	45,00	3,37	0,45	21,60	103,95
1,02	Масло сливочное	10,00	0,10	8,30	0,10	75,00
ИТОГО по приему: Завтрак		500,00	19,00	19,41	82,20	580,68

№ТК	Обед	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кКалл
			Белки	Жиры	Углеводы	
17	Икра морковная	80	1	4,5	14,5	148,9
53	Щи из свежей капусты со сметаной	250,00/8,00	1,70	6,60	9,40	136,80
	Гуляш куриный	60,00	15,40	11,06	7,80	183,60
211	Каша рисовая рассыпчатая	150,00	7,80	5,04	39,96	154,90
293	Компот из смеси сухофруктов	200,00	0,00	0,00	23,40	94,00
1,04	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	55,00	3,91	0,50	22,48	107,55
ИТОГО по приему: Обед		803,00	29,81	27,70	117,54	825,75
ИТОГО по приему: За день		1 303,00	48,81	47,11	199,74	1 406,43

Шеф-повар

В.И.И.

ООО ОБЩЕПИТ
2022 г.

ВТОРНИК - 1 неделя

Возрастная категория : с 7 до 11 лет

Начальные классы с 1 по 4/ММС с 7 до 11 лет/Родительская плата

Директор



№ТК	Завтрак	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кКалл
			Белки	Жиры	Углеводы	
175	Каша овсяная "Геркулес"	180,00/5,00	7,66	10,56	42,12	300,00
1,12	Батон	40,00	4,90	2,60	35,60	172,40
289	Какао с молоком	200,00	3,10	3,20	19,40	115,00
2,1	Фрукт свежий, шт	120,00	0,22	0,14	11,63	44,00
ИТОГО по приему: Завтрак		545,00	15,88	16,50	108,75	631,40

ОВЗ / ИНВАЛИДЫ с 7 до 11 лет

№ТК	Завтрак	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кКал
			Белки	Жиры	Углеводы	
175	Каша овсяная "Геркулес"	150,00/5,00	7,66	10,56	42,12	300,00
1,12	Батон	40,00	4,90	2,60	35,60	172,40
289	Какао с молоком	200,00	3,10	3,20	19,40	115,00
2,1	Фрукт свежий, шт	150,00	0,22	0,14	11,63	44,00
ИТОГО по приему: Завтрак		575,00	15,88	16,50	108,75	631,40

№ТК	Обед	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кКалл
			Белки	Жиры	Углеводы	
25	Салат из свеклы с раст маслом	40,00	0,80	4,90	12,80	86,00
63	Суп картофельный с бобовыми	200,00	6,32	3,44	26,20	189,20
118	Рагу овощное с мясом	150,00	14,73	16,90	29,90	249,95
284	Чай с сахаром и лимоном	200,00/7,00	0,20	0,03	9,30	38,00
1,04	Хлеб пшеничный обогащенный для детского	55,00	3,91	0,50	22,48	107,55
ИТОГО по приему: Обед		652,00	25,96	25,77	100,68	670,70
ИТОГО по приему: За день		1 227,00	41,84	42,27	209,43	1 302,10

Шеф-повар

Proof

УТВЕРЖДАЮ:

ООО ОБЩЕПИТ

2022 г.

МЕНЮ

ВТОРНИК - 1 неделя

Сезон:осень-зима

Возрастная категория : с 12 лет до 18 лет

ММС с 12 лет и старше

№ТК	Завтрак	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кКалл
			Белки	Жиры	Углеводы	
175	Каша овсяная "Геркулес"	200,00/5,00	9,40	10,80	35,10	250,00
1,12	Батон	45,00	4,90	3,60	35,60	172,40
289	Какао с молоком	200,00	4,10	4,40	19,40	115,00
2,1	Фрукт свежий, шт	150,00	0,22	0,14	11,63	44,00
ИТОГО по приему: Завтрак		600,00	18,62	18,94	101,73	581,40

ОВЗ / ИНВАЛИДЫ с 12 и старше

№ТК	Завтрак	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кКалл
			Белки	Жиры	Углеводы	
175	Каша овсяная "Геркулес"	180/5,00	9,40	10,80	35,10	250,00
1,12	Батон	40,00	4,90	3,60	35,60	172,40
289	Чай с сахаром	200,00	4,10	4,40	19,40	115,00
2,1	Фрукт свежий, шт	150,00	0,22	0,14	11,63	44,00
ИТОГО по приему: Завтрак		595,00	18,62	18,94	101,73	581,40

№ТК	Обед	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кКалл
			Белки	Жиры	Углеводы	
25	Салат из свеклы с раст маслом	80,00	1,30	8,16	21,30	148,90
63	Суп картофельный с бобовыми	250,00	7,90	4,30	31,50	146,70
118	Рагу овощное с мясом	180,00	16,36	18,77	33,22	332,60
284	Чай с сахаром и лимоном	200,00/7,00	0,20	0,03	9,30	42,00
1,04	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания витаминизированный	55,00	3,91	0,50	22,48	107,55
ИТОГО по приему: Обед		772,00	29,67	31,76	117,80	777,75
ИТОГО по приему: За день		1 367,00	48,29	50,70	219,53	1 359,15

Шеф-повар






МЕНЮ



СРЕДА - 1 неделя

Сезон:осень-зима

Возрастная категория : с 7 до 11 лет

Начальные классы с 1 - 4/ММС с 7 до 11 лет/Родительская плата

№ТК	Завтрак	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кКалл
			Белки	Жиры	Углеводы	
176\125	Каша рисовая с куриным филе	180,00	17,39	4,14	34,00	238,33
272	Шанежка Наливная	100,00	7,30	11,70	55,40	358,00
1,04	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	45,00	3,37	0,45	21,60	103,95
283	Чай с молоком и сахаром	200,00	1,40	1,10	11,30	59,00
ИТОГО по приему: Завтрак		525,00	29,46	17,39	122,30	759,28

ОВЗ / ИНВАЛИДЫ с 7 до 11 лет

№ТК	Завтрак	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кКалл
			Белки	Жиры	Углеводы	
176\125	Каша рисовая с куриным филе	150,00	17,39	4,14	34,00	238,33
272	Шанежка Наливная	100,00	7,30	11,70	55,40	358,00
1,04	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	45,00	3,37	0,45	21,60	103,95
283	Чай с молоком и сахаром	200,00	1,40	1,10	11,30	59,00
ИТОГО по приему: Завтрак		495,00	29,46	17,39	122,30	759,28

№ТК	Обед	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кКалл
			Белки	Жиры	Углеводы	
6	Салат из капусты белокочанной	40,00	2,70	2,70	10,91	74,80
65	Суп картоельный с клецками	200,00/5,00	1,68	4,08	17,92	119,32
80	Рыба, тушенная в томатном соусе с овощами	90,00	14,73	16,90	28,90	287,90
	Пюре картофельное	120,00	3,08	4,91	20,00	138,33
293	Компот из сухофруктов	200,00	0,90	0,05	20,60	89,00
1,04	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	55,00	3,91	0,50	22,48	107,55
ИТОГО по приему: Обед		590,00	23,92	24,23	100,81	678,57
ИТОГО по приему: За день		1 085,00	53,38	41,62	223,11	1 437,85

Шеф-повар

Риш



МЕНЮ

СРЕДА - 1 неделя

Сезон:осень-зима

Возрастная категория : с 12 лет до 18 лет

ММС с 12 лет и старше



№ТК	Завтрак	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кКалл
			Белки	Жиры	Углеводы	
176\125	Каша рисовая с куриным филе	200,00	19,33	6,60	37,78	264,82
272	Шанежка наливная	100,00	7,30	11,70	55,40	358,00
1,04	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания витаминизированный	45,00	3,37	0,45	21,60	103,95
283	Чай с молоком и сахаром	200,00	1,40	1,10	11,30	59,00
ИТОГО по приему: Завтрак		545,00	31,40	19,85	126,08	785,77

ОВЗ/ИНВАЛИДЫ с 12 лет и старше

№ТК	Завтрак	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кКалл
			Белки	Жиры	Углеводы	
176\125	Каша рисовая с куриным филе	150,00	19,33	6,60	37,78	264,82
272	Шанежка наливная	100,00	7,30	11,70	55,40	358,00
1,04	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания витаминизированный	45,00	3,37	0,45	21,60	103,95
283	Чай с молоком и сахаром	200,00	1,40	1,10	11,30	59,00
ИТОГО по приему: Завтрак		495,00	31,40	19,85	126,08	785,77

№ТК	Обед	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кКалл
			Белки	Жиры	Углеводы	
6	Салат из капусты белокочанной	80,00	4,50	4,50	18,18	129,60
65	Суп картофельный с клецками	250,00/8,00	2,10	5,10	22,40	149,15
	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	90,00	13,92	6,96	2,82	129,60
80	Пюре картофельное	150,00	16,36	18,77	32,11	319,88
293	Компот из сухофруктов	200,00	0,90	0,05	20,60	89,00
1,04	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	55,00	3,91	0,50	22,48	107,55
ИТОГО по приему: Обед		743,00	41,69	35,88	118,59	924,78
ИТОГО по приему: За день		1 238,00	73,09	55,73	244,67	1 710,55

Шеф-повар

Рисов

УТВЕРЖДАЮ:

МЕНЮ

СОГЛАСОВАНО:

Директор

ООО ОБЩЕПИТ

2022 г.

ЧЕТВЕРГ - 1 неделя

Сезон:осень-зима

Возрастная категория : с 7 до 11 лет

Начальные классы с 1 - 4/ММС с 7 до 11 лет/Родительская плата

№ТК	Завтрак	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кКалл
			Белки	Жиры	Углеводы	
181	Каша молочная Дружба	180,00/5,00	5,60	8,60	29,50	209,00
263	Корж молочный	100,00	12,20	6,00	38,71	261,42
284	Чай с сахаром и лимоном	200,00/7,00	0,20	0,03	9,30	38,00
1,04	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания витаминизированный	45,00	3,37	0,45	21,60	103,95
ИТОГО по приему: Завтрак		537,00	21,37	15,08	99,11	612,37

ОВЗ / ИНВАЛИДЫ с 7 до 11 лет

№ТК	Завтрак	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кКалл
			Белки	Жиры	Углеводы	
181	Каша молочная Дружба	150\5	5,60	8,60	29,50	209,00
263	Корж молочный	100,00	12,20	6,00	38,71	261,42
284	Чай с сахаром и лимоном	200,00/7,00	0,20	0,03	9,30	38,00
1,04	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания витаминизированный	45,00	3,37	0,45	21,60	103,95
ИТОГО по приему: Завтрак		537,00	21,37	15,08	99,11	612,37

№ТК	Обед	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кКалл
			Белки	Жиры	Углеводы	
21	Салат "Витаминный"	40	0,9	3,15	14,6	84,79
56	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200,00/5,00	2,36	4,00	10,28	96,90
233	Котлеты мясные с томатным соусом	60,00/35,00	9,97	11,90	8,87	186,90
138	Каша гречневая рассыпчатая	120\5	3,08	4,90	34,00	163,90
282	Чай с сахаром	200,00	0,10	0,09	9,10	35,00
1,04	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания витаминизированный	55,00	3,91	0,50	22,48	107,55
ИТОГО по приему: Обед		720,00	20,32	24,54	99,33	675,04
ИТОГО по приему: За день		1 257,00	41,69	39,62	198,44	1 287,41

Шеф-повар

Риоф

УТВЕРЖДАЮ:

ООО ОБЩЕПИТ

2022 г.

МЕНЮ

СОГЛАСОВАНО:

Директор

ЧЕТВЕРГ - 1 неделя

Сезон:осень-зима

Возрастная категория : с 12 лет до 18 лет

ММС с 12 лет и старше

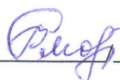
№ТК	Завтрак	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кКалл
			Белки	Жиры	Углеводы	
181	Каша молочная Дружба	200,00/5,00	8,00	10,11	35,00	264,44
263	Корж молочный	100,00	12,20	8,00	38,71	261,42
284	Чай с сахаром и лимоном	200,00/7,00	0,20	0,03	9,30	38,00
1,04	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания витаминизированный	45,00	3,37	0,45	21,60	103,95
ИТОГО по приему: Завтрак		557,00	23,77	18,59	104,61	667,81

ОВЗ/ИНВАЛИДЫ с 12 лет и старше

№ТК	Завтрак	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кКалл
			Белки	Жиры	Углеводы	
181	Каша молочная Дружба	180\5	8,00	10,11	35,00	264,44
263	Корж молочный	100,00	12,20	8,00	38,71	261,42
284	Чай с сахаром и лимоном	200,00/7,00	0,20	0,03	9,30	38,00
1,04	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания витаминизированный	45,00	3,37	0,45	21,60	103,95
ИТОГО по приему: Завтрак		557,00	23,77	18,59	104,61	667,81

№ТК	Обед	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кКалл
			Белки	Жиры	Углеводы	
21	Салат "Витаминный"	80	2,6	4,5	13,6	102,3
56	Борщ с капусты и картофелем со сметаной	250,00/8,00	2,40	5,00	14,85	182,53
233	Котлеты мясные с томатным соусом	60,00/35,00	9,97	11,90	8,87	182,53
138	Каша гречневая рассыпчатая	150,00	8,96	5,88	49,80	196,68
282	Чай с сахаром	200,00	0,10	0,09	9,10	35,00
1,04	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания витаминизированный	55,00	3,91	0,50	22,48	107,55
ИТОГО по приему: Обед		833,00	27,94	27,87	118,70	806,59
ИТОГО по приему: За день		1 390,00	51,71	46,46	223,31	1 474,40

Шеф-повар





МЕНЮ



ПЯТНИЦА - 1 неделя

Сезон:осень-зима

Возрастная категория : с 7 до 11 лет

Начальные классы с 1 - 4/ММС с 7 до 11 лет/Родительская плата

№ТК	Завтрак	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кКалл
			Белки	Жиры	Углеводы	
211	Макароны отварные	150,00	5,50	4,20	33,30	196,00
1	Биточки из мяса птицы в томатном соусе	60,00/35,00	8,10	5,06	7,00	105,40
290	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	23,50	89,00
1,04	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания витаминизированный	45,00	3,37	0,45	21,60	103,95
ИТОГО по приему: Завтрак		490,00	16,97	9,71	85,40	494,35

ОВЗ/ИНВАЛИДЫ с 7 до 11 лет

№ТК	Завтрак	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кКалл
			Белки	Жиры	Углеводы	
211	Макароны отварные	150,00	5,50	4,20	33,30	196,00
1	Биточки из мяса птицы в томатном соусе	60,00/35,00	8,10	5,06	7,00	105,40
290	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	23,50	89,00
1,04	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания витаминизированный	45,00	3,37	0,45	21,60	103,95
ИТОГО по приему: Завтрак		490,00	16,97	9,71	85,40	494,35

№ТК	Обед	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кКалл
			Белки	Жиры	Углеводы	
42	Винегрет	40,00	0,80	1,40	7,90	35,00
54	Суп с домашней лапшой	200,00	1,70	4,80	18,90	108,96
131	Плов из кур	150,00	21,10	25,30	37,90	402,30
282	Чай с сахаром	200,00	0,10	0,00	9,10	35,00
1,04	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	55,00	3,91	0,50	22,48	107,55
ИТОГО по приему: Обед		650,00	27,61	32,00	96,28	688,81
ИТОГО по приему: За день		1 140,00	44,58	41,71	181,68	1 183,16

Шеф-повар



МЕНЮ



ПЯТНИЦА - 1 неделя

Сезон:осень-зима

Возрастная категория : с 12 лет до 18 лет

ММС с 12 и старше

№ТК	Завтрак	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кКалл
			Белки	Жиры	Углеводы	
211	Макароны отварные	200,00	7,30	5,60	44,40	261,30
1	Биточки из мяса птицы в томатном соусе	60,00/35,00	8,10	5,06	7,00	105,40
290	Напиток яблочный	200,00	0,00	0,00	23,50	89,00
1,04	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания витаминизированный	45,00	3,37	0,45	21,60	103,95
ИТОГО по приему: Завтрак		540,00	18,77	11,11	96,50	559,65

ОВЗ / ИНВАЛИДЫ с 12 и старше

№ТК	Завтрак	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кКалл
			Белки	Жиры	Углеводы	
211	Макароны отварные	180,00	7,30	5,60	44,40	261,30
1	Биточки из мяса птицы в томатном соусе	60,00/35,00	8,10	5,06	7,00	105,40
290	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	23,50	89,00
1,04	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания витаминизированный	45,00	3,37	0,45	21,60	103,95
ИТОГО по приему: Завтрак		520,00	18,77	11,11	96,50	559,65

№ТК	Обед	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кКалл
			Белки	Жиры	Углеводы	
42	Винегрет	80,00	1,30	2,30	9,63	66,00
54	Суп с домашней лапшой	250,00	1,70	4,80	17,98	107,90
131	Плов из кур	180,00	25,40	30,40	58,63	481,00
282	Чай с сахаром	200,00	0,10	0,00	9,10	35,00
1,04	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	55,00	3,91	0,50	22,48	107,55
ИТОГО по приему: Обед		773,00	32,41	38,00	117,82	797,45
ИТОГО по приему: За день		1 293,00	51,18	49,11	214,32	1 357,10

Шеф-повар