

Согласовано



ООО "Калужский комбинат школьного питания"

дата

Понедельник (вторая неделя)

ЗАВТРАК 2	7-11 ЛЕТ	12 ЛЕТ И СТАРШЕ	Белки, гр	Жиры, гр	Углевод ы, гр	Калорийност ь, ккал
Макароны отварные с маслом сливочным, с сыром	150/10/10	180/10/15	11,59	9,49	55,5	353,77
Яйцо отварное	1	1	5,08	4,6	0,28	62,84
Кофейный напиток с молоком	200	200	2,13	1,7	17,55	94,02
Бутерброд с маслом сливочным.	70/15	100/20	12,98	20,08	52,27	441,72
Итого завтрак:	495	530	31,78	35,87	125,6	952,35
ЗАВТРАК 2						
Чай с лимоном, с сахаром	200/5	200/5	0,26	0,06	15,26	62,62
Кондитерские изделия	30	30	1,44	1	23,31	108
Итого завтрак:	235	235	1,7	1,06	38,57	170,62
ОБЕД						
Суп картофельный с крупой, с мясом	200/10	250/10	4,6	4,63	14,08	116,39
Капуста тушеная с мясом по-домашнему	150/90	180/100	5	9,2	20,6	185,2
Сок	200	200	1	0,2	20,2	86,6
Хлеб ржаной	40	60	7,5	2,9	51,4	261,7
Итого обед:	650	720	18,1	16,93	106,28	649,89
ПОЛДНИК						0
Молоко кипяченое	200	200	5,51	6,08	8,93	112,48
Булочка Дорожная.	45	45	2,25	3,54	22,47	130,74
Итого полдник:	245	245	7,76	9,62	31,4	243,22
УЖИН						0
Биточек куриный рубленый	90	100	20,69	24,13	10,41	341,57
Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	3,9	5,39	26,4	169,71
Овощи по сезону	50	50	0,36	0,05	1	5,89
Чай с сахаром	200	200	0,2	0,5	15,04	65,46
Хлеб пшеничный	70	100	7,5	2,9	51,4	261,7
Хлеб ржаной	40	60	4	0,72	20	102,48
Итого ужин:	600	690	36,65	33,69	124,25	946,81
2 УЖИН						
Фрукты	185	185	2,69	0,6	24,29	113,32
Итого ужин:	185	185	2,69	0,6	24,29	113,32
Итого пищевая ценность за день:			98,68	97,77	450,39	3076,21
Соль йодированная за день:	6	6				

Директор

Стр8

Технолог

Зав.Производством

Согласовано

Дата

декабрь



ООО "Калужский комбинат школьного питания"

Вторник (вторая неделя)

ЗАВТРАК 2		Выход, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	Калорийн ость, ккал
Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	150	200	6,32	8,96	34,08	242,24
Кофейный напиток с молоком	200	200	2,13	1,7	17,55	94,02
Хлеб пшеничный с маслом сливочным	70/15	100/20	12,98	20,08	52,27	441,72
Итого завтрак:	485	520	21,43	30,74	103,9	777,98
ЗАВТРАК 1						0
Чай с сахаром	200	200	0,2	0,5	15,04	65,46
Бутерброд с сыром	50/10	50/15	7,78	5,56	26,24	186,12
Итого завтрак:	260	265	7,98	6,06	41,28	251,58
ОБЕД						
Суп Харчо с мясом	200/10	250/10	5,6	4	14,4	116
Рыба запеченая .	90	100	17,2	8,22	0,92	146,46
Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	3,9	5,39	26,4	169,71
Овощи (по сезону)	50	50	0,36	0,05	1	5,89
Сок	200	200	1	0,2	20,2	86,6
Хлеб ржаной	40	60	5,3	1	26,6	136,6
Итого обед:	780	800	33,36	18,86	89,52	661,26
ПОЛДНИК						
Снежок м.д.ж.2,5%	150	180	5,4	5	21,6	153
Запеканка творожная с сухофруктами	150	200	11,6	9,94	23	227,86
Итого полдник:	300	380	17	14,94	44,6	380,86
УЖИН						0
Котлеты мясные	90	100	11,86	14,66	9,9	218,98
Макароны отварные с соусом	150/100	180/100	4,26	20,15	30,1	318,79
Овощи (по сезону)	50	50	0,36	0,05	1	5,89
Чай с сахаром	200	200	0,2	0,5	15,04	65,46
Хлеб ржаной	40	60	4	0,72	20	102,48
Хлеб пшеничный	70	100	7,5	2,9	51,4	261,7
Итого ужин:	685	735	28,18	38,98	127,44	973,3
2 УЖИН						0
Фрукты	185	185	2,69	0,6	24,29	113,32
Итого ужин:	185	185	2,69	0,6	24,29	113,32
Итого пищевая ценность за день:			110,64	110,18	431,03	3158,3
Соль йодированная за день:	6	6				

Директор

Технолог

Зав.Производством

Согласовано

дата

декабрь



ООО "Калужский комбинат школьного питания"

Среда (вторая неделя)

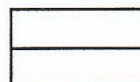
ЗАВТРАК 2	7-11 ЛЕТ	12 ЛЕТ И СТАРШЕ	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	Калорийность, ккал
Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	150	200	4,64	7,92	26,64	196,4
Какао с молоком	200	200	3,73	3,64	19,84	127,04
Бутерброд с маслом сливочным	70/10	70/10	12,98	20,08	52,27	441,72
Итого завтрак:	475	505	21,35	31,64	98,75	765,16
ЗАВТРАК 1						0
Чай с сахаром, с лимоном	200/5	200/5	0,26	0,06	15,26	62,62
Булочка	45	45	3,53	6,03	27,8	179,59
Итого завтрак:	250	250	3,79	6,09	43,06	242,21
ОБЕД						
сметаной	200/10/10	250/10/10	4,76	7,69	11,44	134,01
Гуляш из говядины	50/90	50/100	17,42	14,06	8,7	231,02
Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	3,9	5,39	26,4	169,71
Овощи (по сезону)	50	50	0,36	0,05	1	5,89
Сок	200	200	1	0,2	20,2	86,6
Хлеб ржаной	40	60	5,3	1	26,6	136,6
Итого обед:	815	835	32,74	28,39	94,34	763,83
ПОЛДНИК						0
Йогурт питьевой 2,5%	150	180	5,6	5	26	171,4
Кондитерские изделия	30	30	1,44	1	23,31	108
Итого полдник:	180	210	7,04	6	49,31	279,4
УЖИН						
Рыба тушеная в томате с овощами	90/50	100/50	12,43	3,2	2,38	88,04
Рис отварной с маслом сливочным	150	180	3,78	4,44	39,64	213,64
Чай с сахаром	200	200	0,2	0,5	15,04	65,46
Яйцо отварное	1	1	5,08	4,6	0,28	62,84
Хлеб ржаной	40	60	4	0,72	20	102,48
Хлеб пшеничный	50	70	7,5	2,9	51,4	261,7
Итого ужин:	680	720	32,99	16,36	128,74	794,16
2 УЖИН						
Фрукты	185	185	2,69	0,6	24,29	102,56
Итого ужин:	185	185	2,69	0,6	24,29	102,56
Итого пищевая ценность за день:			100,6	89,08	438,49	2947,32
Соль йодированная за день:	6	6				

Директор

Технолог

Зав.Производством

A handwritten signature in blue ink, likely belonging to the Director or the Head of Production.



Согласовано



ООО "Калужский комбинат школьного питания"

дата

Четверг (вторая неделя)

ЗАВТРАК 2	7-11 ЛЕТ	12 ЛЕТ И СТАРШЕ	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	Калорийность, ккал
Каша молочная геркулесовая с маслом сливочным	150	200	6,2	7,2	39,2	246,4
Кофейный напиток с молоком	200	200	2,13	1,7	17,55	94,02
Бутерброд с маслом сливочным, с сыром.	70/15/10	100/20/15	12,98	20,08	52,27	441,72
Итого завтрак:	495	535	21,31	28,98	109,02	782,14
ЗАВТРАК 1						
Чай с сахаром	200	200	0,2	0,5	15,04	65,46
Булочка Дорожная с изюмом.	50	50	3,92	6,71	30,9	199,67
Итого завтрак:	250	250	4,12	7,21	45,94	265,13
ОБЕД						
изделиями, с мясом	200/10	250/10	2,13	3,36	12,94	90,52
Тефтели мясные из говядины в соусе	90/75	100/75	13,8	16,4	13,1	255,2
Гречка отварная с маслом сливочным	150	180	9,11	6,28	41,16	257,6
Овощи (по сезону)	50	50	0,36	0,05	1	5,89
Сок	200	200	1	0,2	20,2	86,6
Хлеб ржаной	40	60	4	0,72	20	102,48
Итого обед:	810	830	30,4	27,01	108,4	798,29
ПОЛДНИК						
Кефир м.д.ж.3,2%	150	180	5,79	6,39	7,99	112,63
Запеканка творожная	150	200	21,36	12,77	35,27	341,45
Итого полдник:	300	380	27,15	19,16	43,26	454,08
УЖИН						
Биточек куриный рубленый	90	100	20,69	24,13	10,41	341,57
Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	3,9	5,39	26,4	169,71
Овощи (по сезону)	50	50	0,36	0,05	1	5,89
Чай с сахаром	200	200	0,2	0,5	15,04	65,46
Хлеб ржаной	40	60	4	0,72	20	102,48
Хлеб пшеничный	50	70	7,5	2,9	51,4	261,7
Итого ужин:	580	660	36,65	33,69	124,25	946,81
2 УЖИН						
Фрукты	185	185	2,69	0,6	24,29	113,32
Итого ужин:	185	185	2,69	0,6	24,29	113,32
Итого пищевая ценность за день:			122,32	116,65	455,16	3359,77
Соль йодированная за день:	6	6				

Директор

Технолог

Зав.Производством

Согласовано



ООО "Калужский комбинат школьного питания"

дата

декабрь

Пятница (вторая неделя)

ЗАВТРАК 2	7-11 ЛЕТ	12 ЛЕТ И СТАРШЕ	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	Калорийность, ккал
Суп молочный с вермишелью с маслом сливочным	150	200	4,97	5,1	16,5	131,78
Какао с молоком	200	200	3,73	3,64	19,84	127,04
Бутерброд с маслом сливочным, с сыром	70/15/10	100/20/15	12,98	20,08	52,27	441,72
Итого завтрак:	495	335	21,68	28,82	88,61	700,54
ЗАВТРАК 1						
Чай с сахаром	200	200	0,2	0,5	15,04	65,46
Плюшка Московская	50	50	3,92	6,71	30,9	199,67
Итого завтрак:	250	250	4,12	7,21	45,94	265,13
ОБЕД						
Рассольник "Ленинградский", с мясом, со сметаной	200/10/10	250/10/10	4,96	7,86	13,96	146,42
Биточки мясные	90	100	11,86	14,66	9,9	218,98
Макароны отварные с соусом	150/50	180/50	5,81	4,58	37,06	212,7
Овощи (по сезону)	50	50	0,36	0,05	1	5,89
Сок	200	200	1	0,2	20,2	86,6
Хлеб ржаной	40	60	4	0,72	20	102,48
Итого обед:	785	805	27,99	28,07	102,12	773,07
ПОЛДНИК						
Кефир м.д.ж. 3,2%	150	180	5,79	6,39	7,99	112,63
Хлеб пшеничный	50	50	3,75	1,45	25,7	130,85
Итого полдник:	200	230	9,54	7,84	33,69	243,48
УЖИН						
Печень по-строгоновски	50/90	50/100	17,42	14,06	8,7	231,02
Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	3,9	5,39	26,4	169,71
Овощи (по сезону)	50	50	0,36	0,05	1	5,89
Чай с сахаром	200	200	0,2	0,5	15,04	65,46
Хлеб ржаной	40	60	4	0,72	20	102,48
Хлеб пшеничный	70	100	7,5	2,9	51,4	261,7
Итого ужин:	665	715	33,38	23,62	122,54	836,26
2 УЖИН						
Фрукты	185	185	2,69	0,6	24,29	113,32
Итого ужин:	185	185	2,69	0,6	24,29	113,32
Итого пищевая ценность за день:			99,4	96,16	417,19	2931,8
Соль йодированная за день:	6	6				

Директор

Технолог

Зав.Производством

Согласовано



ООО "Калужский комбинат школьного питания"

дата

9

декабрь

Понедельник (третья неделя)

ЗАВТРАК 2	7-11 ЛЕТ	12 ЛЕТ И СТАРШЕ	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	Калорийность, ккал
Каша молочная манная с маслом сливочным	150	200	6,68	7	30,64	212,28
Кофейный напиток с молоком	200	200	2,13	1,7	17,55	94,02
Бутерброд с сыром	70/10	100/15	11,53	7,01	51,94	316,97
Итого завтрак:	480	515	20,34	15,71	100,13	623,27
ЗАВТРАК 1						
Чай с лимоном, с сахаром	200/5	200/5	0,26	0,06	15,26	62,62
Кондитерские изделия	30	30	1,44	1	23,31	108
Итого завтрак:	235	235	1,7	1,06	38,57	170,62
ОБЕД						
Борщ из св капусты с мясом птицы	200/15	250/15	4,76	7,69	11,44	134,01
Биточек куриный рубленый	90	100	17,01	11,68	13,76	228,2
Макароны отварные с маслом сливочным	150	180	5,81	4,58	37,06	212,7
Овощи (по сезону)	50	50	0,36	0,05	1	5,89
Сок	200	200	1	0,2	20,2	86,6
Хлеб ржаной	40	60	4	0,72	20	102,48
Итого обед:	830	850	32,94	24,92	103,46	769,88
ПОЛДНИК						
Снежок м.д.ж.2,5%	150	180	5,4	5	21,6	153
Оладьи	75	75	4,86	5,1	31,1	189,74
Итого полдник:	225	255	10,26	10,1	52,7	342,74
УЖИН						
Жаркое по-домашнему с мясом	150/90	180/100	23,5	17,87	32,25	383,75
Овощи (по сезону)	50	50	0,36	0,05	1	5,89
Чай с сахаром	200	200	0,2	0,5	15,04	65,46
Хлеб пшеничный	70	100	4	0,72	20	102,48
Хлеб ржаной	40	60	7,5	2,9	51,4	261,7
Итого ужин:	610	660	35,56	22,04	119,69	819,28
2 УЖИН						
Фрукты	185	185	2,69	0,6	24,29	113,32
Итого ужин:	185	185	2,69	0,6	24,29	113,32
Итого пищевая ценность за день:			103,49	74,43	438,84	2839,11
Соль йодированная за день:	6	6				

Директор

Стр8

Технолог

Зав.Производством

A handwritten signature in blue ink, consisting of a large loop and a trailing line, is written over the text "Зав.Производством".

Согласовано

дата

декабрь



ООО "Калужский комбинат школьного питания"

Вторник (третья неделя)

ЗАВТРАК 2	7-11 ЛЕТ	12 ЛЕТ И СТАРШЕ	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	Калорийн ость, ккал
Омлет натуральный	150	200	10,07	12	2,4	157,88
Кофейный напиток с молоком	200	200	2,13	1,7	17,55	94,02
Бутерброд с маслом сливочным и сыром	70/15/10	100/20/15	12,98	20,08	52,27	441,72
Итого завтрак:	400	440	25,18	33,78	72,22	693,62
ЗАВТРАК 1						0
Чай с лимоном, с сахаром	200/5	200/5	0,26	0,06	15,26	62,62
Ватрушка с повидлом	50	50	6,16	4,53	21	149,41
Итого завтрак:	255	255	6,42	4,59	36,26	212,03
ОБЕД						0
Суп картофельный с бобовыми, с мясом	200/10	250/10	7,61	5,23	15,6	139,91
Печень по-строгановски	90	100	13,94	11,25	6,96	184,85
Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	3,9	5,39	26,4	169,71
Овощи (по сезону)	50	50	0,36	0,05	1	5,89
Сок	200	200	1	0,2	20,2	86,6
Хлеб ржаной	40	60	4	0,72	20	102,48
Итого обед:	805	825	30,81	22,84	90,16	689,44
ПОЛДНИК						
Йогурт питьевой м.д.ж.2,5%	150	180	5,6	5	26	171,4
Кондитерские изделия	30	30	1,44	1	23,31	108
Итого полдник:	180	210	7,04	6	49,31	279,4
УЖИН						
Котлеты из мяса птицы	90	100	16,55	19,3	8,23	272,82
Гречка отварная с соусом	150/50	180/50	9,11	6,28	41,16	257,6
Овощи (по сезону)	50	50	0,36	0,05	1	5,89
Чай с сахаром	200	200	0,2	0,5	15,04	65,46
Хлеб пшеничный	70	100	4	0,72	20	102,48
Хлеб ржаной	40	60	7,5	2,9	51,4	261,7
Итого ужин:	635	655	37,72	29,75	136,83	965,95
2 УЖИН						
Фрукты	185	185	2,69	0,6	24,29	113,32
Итого ужин:	185	185	2,69	0,6	24,29	113,32
Итого пищевая ценность за день:			109,86	97,56	409,07	2953,76
Соль йодированная за день:	6	6				

Директор

Стр 2

Технолог

Зав.Производством



ООО "Калужский комбинат школьного питания"

Среда (третья неделя)

ЗАВТРАК 2	7-11 ЛЕТ	12 ЛЕТ И СТАРШЕ	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	Калорийность, ккал
Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	150	200	4,64	7,92	26,64	196,4
Какао с молоком	200	200	3,73	3,64	19,84	127,04
Бутерброд с маслом сливочным	70/15	100/20	12,98	20,08	52,27	441,72
Итого завтрак:	485	520	21,35	31,64	98,75	765,16
ЗАВТРАК 1						
Чай с сахаром, с лимоном	200/5	200/5	0,26	0,06	15,26	62,62
Булочка Дорожная с изюмом	50	50	3,92	6,71	30,9	199,67
Итого завтрак:	255	255	4,18	6,77	46,16	262,29
ОБЕД						
Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом	200/10	250/10	3,13	4,36	14,5	109,76
Биточек мясной	90	100	11,86	14,66	9,9	218,98
Капуста тушеная с маслом сливочным	150	180	3,22	2,06	12,31	80,66
Сок	200	200	1	0,2	20,2	86,6
Хлеб ржаной	40	60	4	0,72	20	102,48
Итого обед:	625	645	23,21	22	76,91	598,48
ПОЛДНИК						
Кефир м.д.ж.3,2%	150	180	5,79	6,39	7,99	112,63
Кондитерские изделия	30	30	1,44	1	23,31	108
Итого полдник:	180	210	7,23	7,39	31,3	220,63
УЖИН						
Рыба запеченная с сыром	90/10	100/10	15,5	7,15	3,2	139,15
Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	3,9	5,39	26,4	169,71
Овощи (по сезону)	50	50	0,36	0,05	1	5,89
Чай с сахаром	200	200	0,2	0,5	15,04	65,46
Яйцо отварное	40	40	5,08	4,6	0,28	62,84
Хлеб ржаной	40	60	4	0,72	20	102,48
Хлеб пшеничный	70	100	7,5	2,9	51,4	261,7
Итого ужин:	690	740	36,54	21,31	117,32	807,23
2 УЖИН						
Фрукты	185	200	2,9	0,65	26	121,45
Итого ужин:	185	200	2,9	0,65	26	121,45
Итого пищевая ценность за день:			95,41	89,76	396,44	2775,24
Соль йодированная за день:	6	6				

Директор

Технолог

Зав.Производством

Согласовано

дата

декабрь



ООО "Калужский комбинат школьного питания"

Четверг (третья неделя)

ЗАВТРАК 2	7-11 ЛЕТ	12 ЛЕТ И СТАРШЕ	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	Калорийность, ккал
Каша молочная гречневая с маслом сливочным	150	200	4,64	7,92	26,64	196,4
Кофейный напиток с молоком	200	200	2,13	1,7	17,55	94,02
Бутерброд с сыром	70/10	100/15	11,53	7,01	51,94	316,97
Итого завтрак:	480	515	18,3	16,63	96,13	607,39
ЗАВТРАК 2						
Чай с сахаром	200	200	0,2	0,5	15,04	65,46
Плюшка московская	50	50	3,92	6,71	30,9	199,67
Итого завтрак:	250	250	4,12	7,21	45,94	265,13
ОБЕД						
Щи из свежей капусты с мясом и сметаной	200/10/10	250/10/10	4,48	8,66	7,69	126,62
Картофель тушеный с мясом	150/90	180/100	15,75	12,25	24,25	270,25
Овощи (по сезону)	50	50	0,36	0,05	1	5,89
Сок	200	200	1	0,2	20,2	86,6
Хлеб ржаной	40	60	4	0,72	20	102,48
Итого обед:	760	780	25,59	21,88	73,14	591,84
ПОЛДНИК						
Кисель плодово-ягодный	200	200	0,02	0	28,75	115,08
Хлеб пшеничный	50	50	5,25	2,03	35,98	183,19
Итого полдник:	250	250	5,27	2,03	64,73	298,27
УЖИН						
Биточек куриный рубленый с соусом	90/50	100/50	16,55	19,3	8,23	272,82
Макароны отварные с маслом сливочным	150	180	5,81	4,58	37,06	212,7
Овощи по сезону	50	50	0,6	0	3,8	17,6
Чай с сахаром	200	200	0,2	0,5	15,04	65,46
Хлеб ржаной	40	60	4	0,72	20	102,48
Хлеб пшеничный	50	70	7,5	2,9	51,4	261,7
Итого Ужин:	490	560	34,66	28	135,53	932,76
2 УЖИН						0
Фрукты	185	185	2,69	0,6	24,29	113,32
Итого ужин:	185	185	2,69	0,6	24,29	113,32
Итого пищевая ценность за день:			90,63	76,35	439,76	2808,71
Соль йодированная за день:	6	6				

Директор

Технолог

Зав.Производством

Согласовано

дата



ООО "Калужский комбинат школьного питания"

Пятница (третья неделя)

ЗАВТРАК 2	7-11 ЛЕТ	12 ЛЕТ И СТАРШЕ	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	Калорийин
Омлет натуральный	150	200	7,79	10,83	27,27	237,71
Какао с молоком	200	200	3,73	3,64	19,84	127,04
Бутерброд с маслом сливочным, с сыром	70/15/10	100/20/15	12,98	20,08	52,27	441,72
Итого завтрак:	40	440	24,5	34,55	99,38	806,47
ЗАВТРАК 1						
Чай с сахаром	200	200	0,2	0,5	15,04	65,46
Булочка с изюмом	50	50	3,75	6,6	30,45	196,2
Итого завтрак:	250	250	3,95	7,1	45,49	261,66
ОБЕД						
Рассольник "Ленинградский" с мясом	200/10	250/10	6,93	5,02	17,64	143,46
Котлета мясная с гречкой соусом	90/150/50	100/180/50	20,97	20,94	51,06	476,58
Овощи (по сезону)	50	50	0,36	0,05	1	5,89
Сок	200	200	1	0,2	20,2	86,6
Хлеб ржаной	40	60	4	0,72	20	102,48
Итого обед:	745	765	33,26	26,93	109,9	815,01
ПОЛДНИК						
Снежок м.д.ж.3,2%	150	150	5,4	5	21,6	153
Хлеб пшеничный	50	50	3,75	1,45	25,7	130,85
Итого полдник:	200	200	9,15	6,45	47,3	283,85
УЖИН						
Цыплята запеченные	90	100	30,94	2,54	0,15	147,22
Картофель отварной с маслом сливочным	150	180	4,18	5,15	33,74	198,03
Овощи (по сезону)	50	50	0,36	0,05	1	5,89
Чай с сахаром	200	200	0,2	0,5	15,04	65,46
Хлеб ржаной	40	60	4	0,72	20	102,48
Хлеб пшеничный	50	70	7,5	2,9	51,4	261,7
Итого ужин:	580	660	47,18	11,86	121,33	780,78
2 УЖИН						0
Кондитерское изделие	30	30	1,44	1	23,31	108
Фрукты	185	185	2,69	0,6	24,29	113,32
Итого ужин:	215	215	4,13	1,6	47,6	221,32
Итого пищевая ценность за день:			122,17	88,49	471	3169,09
Соль йодированная за день:	6	6				

Директор

Технолог

Зав.Производством

ООО "Калужский комбинат школьного питания"

Согласовано

дата



Понедельник (первая неделя)

ЗАВТРАК 2	7-11 лет	12 лет и старше	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	Калорийность, ккал
Каша пшенная, молочная с маслом сливочным	150	200	6,76	10,42	25,96	224,66
Масло сливочное	15	20	0,12	10,87	0,2	99,15
Сыр	10	15	4,64	5,9	0	71,6
Хлеб пшеничный	70	100	7,5	2,9	51,4	261
Какао с молоком	200	200	3,73	3,64	19,84	127,04
Итого завтрак:	445	535	22,75	33,73	97,4	783,45
ЗАВТРАК 1						0
Чай с лимоном, с сахаром	200/5	200/5	0,26	0,06	15,26	62,62
Кондитерские изделия	30	30	1,44	1	23,31	108
Итого завтрак:	235	235	1,7	1,06	38,57	170,62
ОБЕД						0
Суп картофельный с фасолью, с мясом	200/10	250/10	3,98	3,64	7,7	79,48
Плов с мясом (рис, говядина)	150/90	180/100	18,96	20,82	40,29	424,38
Овощи по сезону	50	50	0,36	0,05	1	5,89
Сок	200	200	1	0,2	20,2	86,6
Хлеб ржаной	40	60	4	0,72	20	102,48
Итого обед:	700	720	28,3	25,43	89,19	698,83
ПОЛДНИК						0
Кисель плодово-ягодный	200	200	0,02	0	28,75	115,08
Ватрушка с творогом	50	50	6,16	4,53	21	149,41
Итого полдник:	250	250	6,18	4,53	49,75	264,49
УЖИН						
Биточек куриный	90	100	14	12,6	7,5	199
Картофельное пюре со сливочным маслом	150	180	3,9	5,39	26,4	169,71
Яйцо отварное	1	1	5,08	4,6	0,28	62,84
Овощи по сезону	50	50	0,36	0,05	1	5,89
Чай с сахаром	200	200	0,2	0,5	15,04	65,46
Хлеб пшеничный	80	100	7,5	2,9	51,4	261,7
Хлеб ржаной	40	60	4	0,72	20	102,48
Итого ужин:	611	691	35,04	26,76	121,62	867,08
2 УЖИН						0
Фрукты	185	185	0,74	0,74	18,13	82,14
Итого 2 ужин:	185	185	0,74	0,74	18,13	82,14
Итого пищевая ценность за день:			94,71	92,25	414,66	2866,61
Соль йодированная за день:	6	6				

Директор

Технолог

Зав.Производством

ООО "Калужский комбинат школьного питания"

Согласовано

дата

14



**Понедельник (первая неделя)
Вторник (первая неделя)**

ЗАВТРАК 2	7-11 ЛЕТ	12 ЛЕТ И СТАРШЕ	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	Калорийность, ккал
Омлет натуральный	150	200	10,07	12	2,4	157,88
Кофейный напиток с молоком	200	200	2,13	1,7	17,55	94,02
Бутерброд с маслом сливочным и сыром	70/15/10	100/20/15	12,98	20,08	52,27	441,72
Итого завтрак:	400	440	25,18	33,78	72,22	693,62
ЗАВТРАК 1						
Чай с лимоном, с сахаром	200/5	200/5	0,26	0,06	15,26	62,62
Булочка "Московская" с сахаром	50	50	3,92	6,71	30,9	199,67
Итого завтрак:	235	235	4,18	6,77	46,16	262,29
ОБЕД						
Суп картофельный с крупой, с мясом	200/15	250/15	4,6	4,63	14,08	116,39
Рагу из овощей с мясом	150/90	180/100	21,04	13,2	13,4	256,56
Сок	200	200	1	0,2	20,2	86,6
Хлеб ржаной	40	60	4	0,72	20	102,48
Итого обед:	700	720	30,64	18,75	67,68	562,03
ПОЛДНИК						
Йогурт питьевой 2,5%	150	180	5,6	5	26	171,4
Кондитерские изделия	30	30	1,44	1	23,31	108
Итого полдник:	180	210	7,04	6	49,31	279,4
УЖИН						0
Рыба запеченая со сметаной	90/20	100/20	21	10,1	5,3	196,1
Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	3,9	5,39	26,4	169,71
Овощи (по сезону)	50	50	0,36	0,05	1	5,89
Чай с сахаром	200	200	0,2	0,5	15,04	65,46
Хлеб пшеничный	80	100	7,5	2,9	51,4	261,7
Хлеб ржаной	40	60	4	0,72	20	102,48
Итого ужин:	520	590	36,96	19,66	119,14	801,34
2 УЖИН						0
Фрукты	185	185	2,69	0,6	24,29	113,32
Итого 2 ужин:	185	185	2,69	0,6	24,29	113,32
Итого пищевая ценность за день:			106,69	85,56	305,12	2712
Соль йодированная за день:	6	6				

Директор

Технолог

Зав.Производством



Согласовано

дата

декабрь

ООО "Калужский комбинат школьного питания"

Среда (первая неделя)

		Выход, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	Калорийность, ккал
ЗАВТРАК 2						
Каша манная молочная с маслом сливочным	150	200	6,68	7	30,64	212,28
Какао с молоком	200	200	3,1	3,2	11,18	85,92
Бутерброд с маслом сливочным, с сыром	70/15/10	100/20/15	12,98	20,08	52,27	441,72
Итого завтрак:	495	505	22,76	30,28	94,09	739,92
ЗАВТРАК 1						
Чай с сахаром	200	200	0,2	0,5	15,04	65,46
Ватрушка с творогом	50	50	6,16	4,53	21	149,41
Итого завтрак:	350	350	6,36	5,03	36,04	214,87
ОБЕД						
Суп картофельный с бобовыми, с птицей	200/15	250/15	7,61	5,23	15,6	139,91
Цыпленок отварной	90	100	24,75	2,03	0,12	117,75
Капуста тушеная с маслом сливочным	150	180	3,6	5,51	15,25	124,99
Сок	200	200	1	0,2	20,2	86,6
Хлеб ржаной	40	60	4	0,72	20	102,48
Итого обед:	705	725	40,96	13,69	71,17	571,73
ПОЛДНИК						
Снежок м.д.ж. 2,5%	150	200	5,4	5	21,6	153
Сырники запеченные	150	200	25,19	12,53	27,01	321,57
Итого полдник:	300	400	30,59	17,53	48,61	474,57
УЖИН						
АЗУ (тушеный картофель с мясом и овощами)	150/90	180/100	19,72	15	13,66	268,52
Овощи (по сезону)	50	50	0,36	0,05	1	5,89
Чай с сахаром	200	200	0,2	0,5	15,04	65,46
Кондитерские изделия	30	30	1,44	1	23,31	108
Хлеб ржаной	40	60	4	0,72	20	102,48
Хлеб пшеничный	70	100	3,78	4,44	39,64	213,64
Итого ужин:	590	640	29,5	21,71	112,65	763,99
2 УЖИН						
Фрукты	185	185	2,69	0,6	24,29	113,32
Яйцо отварное	1	1	5,08	4,6	0,28	62,84
Итого ужин:	225	225	7,77	5,2	24,57	176,16
Итого пищевая ценность за день:			137,94	93,44	387,13	2941,24
Соль йодированная за день:	6	6				

Директор

Технолог

Зав.Производством

ООО "Калужский комбинат школьного питания"

Согласовано

дата

19



Четверг (первая неделя)

ЗАВТРАК 2	7-11 ЛЕТ	12 ЛЕТ И СТАРШЕ	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	Калорийность, ккал
Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	150	200	4,64	7,92	26,64	196,4
Кофейный напиток с молоком	200	200	2,13	1,7	17,55	94,02
Бутерброд с маслом сливочным, с сыром	50/15/10	70/20/15	11,06	15,84	28,3	300
Итого завтрак:	475	505	17,83	25,46	72,49	590,42
ЗАВТРАК 1						
Чай с сахаром	200	200	0,2	0,5	15,04	65,46
Булочка Дорожная	50	50	3,92	6,71	30,9	199,67
Итого завтрак :	250	250	4,12	7,21	45,94	265,13
ОБЕД						
Щи из свежей капусты с мясом, со сметаной	200/10/10	250/10/10	4,48	8,66	7,69	126,62
Котлеты рыбные	90	100	13,98	7,42	19,94	202,46
Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	3,9	5,39	26,4	169,71
Овощи по сезону	50	50	0,6	0	3,8	17,6
Сок	200	200	1	0,2	20,2	86,6
Хлеб ржаной	40	60	4	0,72	20	102,48
Итого обед:	790	810	27,96	22,39	98,03	705,47
ПОЛДНИК						
Кисель плодово-ягодный	200	200	0,02	0	28,75	115,08
Кондитерские изделия	30	30	1,44	1	23,31	108
Итого полдник :	230	230	1,46	1	52,06	223,08
УЖИН						
Печень по-строгановски	90	100	13,94	11,25	6,96	184,85
Рис отварной с маслом сливочным	150	180	3,78	4,44	39,64	213,64
Овощи (по сезону)	50	50	0,6	0	3,8	17,6
Чай с сахаром	200	200	0,2	0,5	15,04	65,46
Хлеб ржаной	40	60	2,35	0,35	24,9	112,15
Хлеб пшеничный	50	70	3,78	4,44	39,64	213,64
Фрукты	185	185	0,74	0,74	18,13	82,14
Яйцо отварное	1	1	5,08	4,6	0,28	62,84
Итого ужин:	766	846	30,47	26,32	148,39	952,32
2 УЖИН						
Йогурт порционный	150	180	4,82	3,6	3,38	65,2
Итого ужин:	150	180	4,82	3,6	3,38	65,2
Итого пищевая ценность за день:			86,66	85,98	420,29	2801,62
Соль йодированная за день:	6	6				

Директор

Технолог

Зав.Производством

ООО "Калужский комбинат школьного питания"

Согласовано

дата



Пятница (первая неделя)

ЗАВТРАК 2	7-11 лет	12 и старше	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	Калорийность, ккал
Каша гречневая молочная с маслом сливочным	150	200	4,64	7,92	26,64	196,4
Какао с молоком	200	200	3,73	3,64	19,84	127,04
Бутерброд с маслом сливочным, с сыром	70/15/10	100/20/15	12,98	20,08	52,27	441,72
Итого завтрак:	495	535	21,35	31,64	98,75	765,16
ЗАВТРАК 1						0
Чай с сахаром, с лимоном	200/5	200/5	0,26	0,06	15,26	62,62
Булочка Дорожная с изюмом	50	50	3,92	6,71	30,9	199,67
Итого завтрак:	255	255	4,18	6,77	46,16	262,29
ОБЕД						0
Борщ из свежей капусты с мясом, со сметаной	200/10/10	250/10/10	4,76	7,69	11,44	134,01
Гуляш из филе грудки кур	50/90	50/100	15	12,56	2,3	182,24
Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным	100	130	3,72	0,48	27,6	129,6
Овощи (по сезону)	50	50	0,36	0,05	1	5,89
Хлеб ржаной	40	60	4	0,72	20	102,48
Сок	200	200	1	0,2	20,2	86,6
Итого обед:	755	775	28,84	21,7	82,54	640,82
ПОЛДНИК						0
Йогурт питьевой 2,5%	150	180	5,6	5	26	171,4
Кондитерские изделия	30	30	1,44	1	23,31	108
Итого полдник:	180	210	7,04	6	49,31	279,4
УЖИН						0
Шницель рыбный натуральный	90	100	10,2	9,73	10,37	169,85
Картофельное пюре с маслом сливочным	150	180	3,9	5,39	26,4	169,71
Яйцо вареное	1	1	5,08	4,6	0,28	62,84
Чай с сахаром	200	200	0,2	0,5	15,04	65,46
Хлеб ржаной	40	60	7,5	2,9	51,4	261,7
Хлеб пшеничный	80	100	4	0,72	20	102,48
Итого ужин:	561	641	30,88	23,84	123,49	832,04
2 УЖИН						0
Фрукты	185	185	0,74	0,74	18,13	82,14
Итого ужин:	185	185	0,74	0,74	18,13	82,14
Итого пищевая ценность за день:			93,03	90,69	418,38	2861,85
Соль йодированная за день:	6	6				

Директор

Технолог

Зав.Производством