



Согласовано

Директор школы № 39

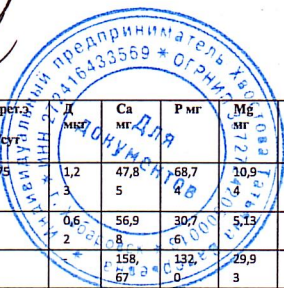
2 день. Вторник 02 сентября 2025 г.

Завтрак 7-11 лет

МЕНЮ

Утверждено

ини



№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность Ккал	В-Имг	С мг	Арет.эк в/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
451	Биточки из птицы, запеченные в соусе томатном с овощами	125 (75/50)	78,74	8,93	7,28	7,55	192,02	0,11	12,97	175	1,23	47,85	68,73	10,92	0,52
516	Макаронные изделия отварные	150	17,25	4,9	6,91	36,2	178,38	0,12	-	-	0,62	56,98	30,76	5,13	0,73
692	Кофейный напиток с молоком	200	18,13	3,17	2,68	15,85	100,6	0,03	1,7	-	-	158,67	132,0	29,93	1,23
п/п	Хлеб пшеничный йодированный	50	5,88	2,25	2,88	24,15	116,5	0,05	-	-	0,65	11,5	43,5	16,5	0,55
	итого	525	120,00	19,25	19,75	83,75	587,5/25%	0,3	15,0	175	2,5	275,0	275	62,5	3,0

Завтрак 12-18 лет

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность Ккал	В-Имг	С мг	Арет.эк в/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
451	Биточки из птицы, запеченные в соусе томатном с овощами	125 (75/50)	78,74	9,83	8,43	12,21	215,32	0,12	15,8	225	1,23	61,46	87,59	22,42	0,8
516	Макаронные изделия отварные	180	20,78	7,25	9,01	43,54	247,58	0,15	-	-	0,62	68,37	36,91	6,15	1,95
692	Кофейный напиток с молоком	200	18,13	3,17	2,68	15,85	100,6	0,03	1,7	-	-	158,67	132,0	29,93	1,23
п/п	Хлеб пшеничный йодированный	50	5,88	2,25	2,88	24,15	116,5	0,05	-	-	0,65	11,5	43,5	16,5	0,55
	итого	555	123,53	22,5	23,0	95,75	680,0/25%	0,35	17,5	225	2,5	300	300	75,0	4,5

Обед 7-11 лет

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность Ккал	В-Имг	С мг	Арет.эк в/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
20	Салат из свежих огурцов	60	15,45	0,36	3,81	3,16	48,24	0,02	7,8	-	0,68	15,26	21,38	11,3	0,3
110	Борщ с капустой и картофелем	200	20,81	3,61	4,07	10,58	86,9	0,08	4,75	-	0,17	83,18	66,58	5,4	0,23
431	Печень по-строгановски	125 (75/50)	89,30	10,39	9,31	4,21	161,98	0,07	7,45	245	0,21	94,72	56,82	9,3	0,19
508	Каша рисовая рассыпчатая	150	22,11	4,9	6,91	25,4	191,1	0,12	-	-	0,29	126,98	100,76	4,8	0,34
650	Напиток из свежемороженных ягод	200	29,86	1,3	-	27,63	114,8	0,03	1,0	-	1,0	40,48	36,6	26,2	0,86
п/п	Хлеб пшеничный йодированный	50	5,88	2,25	2,88	24,15	116,5	0,05	-	-	0,65	11,5	43,5	16,5	0,55
п/п	Хлеб ржано-пшеничный	56	6,59	4,14	0,67	22,12	102,98	0,05	-	-	0,5	12,88	59,36	14	1,73
	Итого	841	190,00	26,95	27,65	117,25	822,5/35%	0,42	21,0	245	3,5	385,0	385	87,5	4,2

Обед 12-18 лет

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность Ккал	В-Имг	С мг	Арет.эк в/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
20	Салат из свежих огурцов	100	25,86	0,6	6,35	5,26	70,4	0,02	8,3	-	0,68	19,43	25,63	12,8	0,3
110	Борщ с капустой и картофелем	250	24,99	5,49	4,99	13,16	116,04	0,09	7,75	-	0,17	93,46	77,18	10,4	0,5
431	Печень по-строгановски	125 (75/50)	89,30	10,39	9,31	4,21	161,98	0,07	7,45	315	0,21	94,72	56,82	9,3	0,19
508	Каша рисовая рассыпчатая	180	26,56	7,33	8,0	37,52	269,3	0,18	-	-	0,29	147,53	120,91	15,8	2,17
650	Напиток из свежемороженных ягод	200	29,86	1,3	-	27,63	114,8	0,03	1,0	-	1,0	40,48	36,6	26,2	0,86
п/п	Хлеб пшеничный йодированный	50	5,88	2,25	2,88	24,15	116,5	0,05	-	-	0,65	11,5	43,5	16,5	0,55
п/п	Хлеб ржано-пшеничный	56	6,59	4,14	0,67	22,12	102,98	0,05	-	-	0,5	12,88	59,36	14	1,73
	Итого	961	209,04	31,5	32,2	134,05	952,0/35%	0,49	24,5	315	3,5	420,0	420,0	105	6,3

Полдник 7-11 лет

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность Ккал	В-Имг	С мг	Арет.эк в/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
п/п	Сок фруктовый разливной	200	29,40	-	-	20,2	84,8	0,09	0,6	-	-	70	1,0	10	0,2
413	Пшеница «Школьная»	50	55,00	7,3	7,5	9,5	103,2	0,01	2,0	70	0,8	24	98	6,0	0,2
п/п	Фрукты в ассортименте	100	35,60	0,4	0,4	3,8	47	0,02	3,4	-	0,2	16,0	11	9	0,8
	Итого	350	120,00	7,7	7,9	33,5	235,0/10%	0,12	6	70	1,0	110	110	25,0	1,2
	Всего			53,9/70%	55,3/70%	234,5/70%	1645,0/70%	0,84	42,0	490	7,0	770,0	770,0	175,0	8,4

Полдник 12-18 лет

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность Ккал	В-Имг	С мг	Арет.эк в/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
п/п	Сок фруктовый разливной	200	29,40	-	-	20,2	84,8	0,09	0,6	-	-	70	1,0	10	0,2
413	Пшеница «Школьная»	50	55,00	8,6	8,8	14,3	140,2	0,03	3,0	90	0,8	34	108	11,0	0,8
п/п	Фрукты в ассортименте	100	35,60	0,4	0,4	3,8	47	0,02	3,4	-	0,2	16,0	11	9	0,8
	Итого	350	120,00	9,0	9,2	38,3	272,0/10%	0,14	7	90	1,0	120	120	30,0	1,8
	Всего			63,0/70%	64,4/70%	268,1/70%	1904,0/70%	0,98	49,0	630	7,0	840,0	840,0	210,0	12,6

Зав.производством Бухгалтер
Свободный выбор блюд и буфетной продукции, согласно прейскурантаИП ХВОСТОВА Т.В.
ЦЕНЫ ПРОВЕРЕНЫ



МЕНЮ

Завтрак 7-11 лет

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность Ккал	В- Имг	С мг	Арет.эк в/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
366	Запеканка из творога	200	91,10	13,93	16,77	21,88	309,0	0,28	5,28	155,4	2,0	255,68	232,98	44,17	1,37
п/п	Молоко стуженное	30	17,25	3,0	0,08	22,72	102	-	9,45	19,6	0,2	1,12	2,49	-	0,28
685	Чай с сахаром	200	3,42	0,07	0,02	15,0	60,0	-	0,27	-	-	13,6	22,13	11,73	1,13
п/п	Хлеб пшеничный йодированный	70	8,23	2,25	2,88	24,15	116,5	0,02	-	-	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22
	Итого	500	120,00	19,25	19,75	83,75	587,5/ 25%	0,3	15,0	175	2,5	275,0	275,0	62,5	3,0

Завтрак 12-18 лет

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность Ккал	В- Имг	С мг	Арет.эк в/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
366	Запеканка из творога	250	113,34	17,18	20,02	33,88	401,5	0,33	7,78	205,4	2,02	280,68	257,98	56,67	2,87
п/п	Молоко стуженное	30	17,25	3,0	0,08	22,72	102	-	9,45	19,6	0,22	1,12	2,49	-	0,28
685	Чай с сахаром	200	3,42	0,07	0,02	15,0	60,0	-	0,27	-	-	13,6	22,13	11,73	1,13
п/п	Хлеб пшеничный йодированный	70	8,23	2,25	2,88	24,15	116,5	0,02	-	-	0,26	4,6	17,4	6,6	0,22
	Итого	550	142,24	22,5	23,0	95,75	680,0/ 25%	0,35	17,5	225	2,5	300	300	75,0	4,5

Обед 7-11 лет

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность Ккал	В- Имг	С мг	Арет.эк в/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
24	Салат из свежих помидор и огурцов	60	15,67	0,58	3,64	3,65	42,42	0,02	7,8	-	0,68	15,26	21,38	11,3	0,3
132	Рассольник ленинградский	200	23,64	3,22	4,11	6,39	99,82	0,05	1,6	-	0,24	138,41	53,0	3,23	0,22
374	Рыба, тушеная с овощами	75/50 (125)	95,71	8,99	10,43	16,04	198,65	0,13	8,05	245	1,08	94,46	61,53	2,77	0,76
520	Картофельное пюре	150	34,23	7,11	5,83	12,89	129,33	0,1	2,75	-	0,15	106,65	100,23	6,7	0,46
639	Компот из смеси сухофруктов	200	8,28	0,66	0,09	32,01	132,8	0,02	0,8	-	0,2	5,84	46,0	33,0	0,18
п/п	Хлеб пшеничный йодированный	50	5,88	2,25	2,88	24,15	116,5	0,05	-	-	0,65	11,5	43,5	16,5	0,55
п/п	Хлеб ржано-пшеничный	56	6,59	4,14	0,67	22,12	102,98	0,05	-	-	0,5	12,88	59,36	14	1,73
	Итого	841	190,00	26,95	27,65	117,25	822,5/ 35%	0,42	21,0	245	3,5	385,0	385,0	87,5	4,2

Обед 12-18 лет

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность Ккал	В- Имг	С мг	Арет.эк в/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
24	Салат из свежих помидор и огурцов	100	25,81	0,6	6,35	5,26	70,7	0,02	8,3	-	0,68	19,43	25,63	12,8	0,3
132	Рассольник ленинградский	250	28,35	4,94	4,67	10,1	107,6	0,06	3,49	-	0,24	144,62	58,68	11,68	0,35
374	Рыба, тушеная с овощами	75/50 (125)	95,71	9,19	11,24	17,67	200,33	0,14	8,61	315	1,08	109,83	86,53	8,92	1,8
520	Картофельное пюре	180	41,17	9,72	6,3	22,74	221,09	0,15	3,3	-	0,15	115,9	100,3	8,1	1,0
639	Компот из смеси сухофруктов	200	8,28	0,66	0,09	32,01	132,8	0,02	0,8	-	0,2	5,84	46,0	33,0	0,18
п/п	Хлеб пшеничный йодированный	50	5,88	2,25	2,88	24,15	116,5	0,05	-	-	0,65	11,5	43,5	16,5	0,55
п/п	Хлеб ржано-пшеничный	56	6,59	4,14	0,67	22,12	102,98	0,05	-	-	0,5	12,88	59,36	14	1,73
	Итого	961	211,79	31,5	32,2	134,05	952,0/ 35%	0,49	24,5	315	3,5	420,0	420,0	105	6,3

Полдник 7-11 лет

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность Ккал	В- Имг	С мг	Арет.эк в/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
п/п	Молоко	200	37,80	5,8	5	9,6	107	0,08	2,6	40,0	0,35	84	97	9,0	0,2
424	Булка с сыром	50	33,00	1,5	2,5	20,1	81	0,02	-	30,0	0,45	10	2	7	0,2
п/п	Фрукты в ассортименте	100	49,20	0,4	0,4	3,8	47	0,02	3,4	-	0,2	16,0	11	9	0,8
	Итого	350	120,00	7,7	7,9	33,5	235,0/ 10%	0,12	6	70	1,0	110	110	25,0	1,2
	Всего			53,9/ 70%	55,3/ 70%	234,5/ 70%	1645,0/ 70%	0,84	42,0	490	7,0	770,0	770,0	175,0	8,4

Полдник 12-18 лет

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность Ккал	В- Имг	С мг	Арет.эк в/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
п/п	Молоко	200	37,80	5,8	5	9,6	107	0,08	2,6	40,0	0,35	84	97	9,0	0,2
424	Булка с сыром	50	33,00	2,8	3,8	24,9	118	0,04	1,0	50,0	0,45	20	12	12	0,8
п/п	Фрукты в ассортименте	100	49,20	0,4	0,4	3,8	47	0,02	3,4	-	0,2	16,0	11	9	0,8
	Итого	350	120,00	9,0	9,2	38,3	272,0/ 10%	0,14	7	90	1,0	120	120	30,0	1,8
	Всего			63,0/ 70%	64,4/ 70%	268,1/ 70%	1904,0/ 70%	0,98	49,0	630	7,0	840,0	840,0	210,0	12,6

Зав. производством
Свободный выбор блюд и буфетной продукции, согласно прейскуранта

Бухгалтер

ИП ХВОСТОВА Т.В.
ЦЕНЫ ПРОВЕРЕНЫ



Согласовано

Директор школы № 39

4 день. Четверг 04 сентября 2025 г.

МЕНЮ

Завтрак 7-11 лет

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность Ккал	В-1мг	С мг	Арет.ж в/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
п/п	Йогурт фруктовый	200	48,02	2,9	2,5	12,0	84,0	0,03	1,43	40	0,1	147,47	112,87	18,2	0,07
15	Сыр порционными	10	11,93	2,32	2,95	-	35,83	0,01	0,11	-	0,11	32,0	14,0	4,7	0,12
181	Каша жидкая молочная манная (или пшенная, или геркулесовая) с маслом сливочным	200/5 (205)	49,23	12,1	11,98	37,23	312,47	0,21	13,19	135	1,64	70,43	82,5	11,37	1,13
686	Чай с сахаром с лимоном	205 (200/5)	6,12	0,13	0,02	15,2	62,0	-	0,27	-	-	13,6	22,13	11,73	1,13
п/п	Хлеб пшеничный йодированный	40	4,70	1,8	2,3	19,32	93,2	0,05	-	-	0,65	11,5	43,5	16,5	0,55
	Итого	660	120,00	19,25	19,75	83,75	587,5/25%	0,3	15,0	175	2,5	275,0	275,0	62,5	3,0

Завтрак 12-18 лет

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность Ккал	В-1мг	С мг	Арет.ж в/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
п/п	Йогурт фруктовый	200	48,02	2,9	2,5	12,0	84,0	0,03	1,43	40	0,1	147,47	112,87	18,2	0,07
15	Сыр порционными	10	11,93	2,32	2,95	-	35,83	0,01	0,11	-	0,11	32,0	14,0	4,7	0,12
181	Каша жидкая молочная манная (или пшенная, или геркулесовая) с маслом сливочным	250/5 (255)	61,54	14,9	14,65	44,4	381,67	0,26	15,69	185	1,64	95,22	107,5	23,87	2,63
686	Чай с сахаром с лимоном	205 (200/5)	6,12	0,13	0,02	15,2	62,0	-	0,27	-	-	13,6	22,13	11,73	1,13
п/п	Хлеб пшеничный йодированный	50	5,88	2,25	2,88	24,15	116,5	0,05	-	-	0,65	11,5	43,5	16,5	0,55
	Итого	720	133,49	22,5	23,0	95,75	680/25%	0,35	17,5	225	2,5	300	300	75,0	4,5

Обед 7-11 лет

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность Ккал	В-1мг	С мг	Арет.ж в/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
46	Салат из свежей капусты со свеклой	60	8,70	0,79	1,95	3,88	44,06	0,02	6,99	-	1,16	15,26	21,38	1,1	0,4
133	Суп картофельный с крупой рисовой с сайрой	10/200 (210)	30,32	3,44	3,94	6,88	94,0	0,05	9,24	-	0,24	138,41	53,0	26,2	0,46
454	Котлета по-хлыновски	90	91,40	9,43	9,51	4,46	143,79	0,18	2,97	245	0,89	123,59	118,86	18,6	0,35
516	Макаронные изделия отварные	150	17,25	6,74	8,7	30,67	206,57	0,06	-	-	0,06	76,96	84,5	7,5	0,53
388	Напиток из свежемороженой ягод	200	29,86	0,16	-	25,09	114,6	0,01	1,8	-	-	6,4	4,4	3,6	0,18
п/п	Хлеб пшеничный йодированный	50	5,88	2,25	2,88	24,15	116,5	0,05	-	-	0,65	11,5	43,5	16,5	0,55
п/п	Хлеб ржано-пшеничный	56	6,59	4,14	0,67	22,12	102,98	0,05	-	-	0,5	12,88	59,36	14	1,73
	Итого	816	190,00	26,95	27,65	117,25	822,5/35%	0,42	21,0	245	3,5	385,0	385,0	87,5	4,2

Обед 12-18 лет

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность Ккал	В-1мг	С мг	Арет.ж в/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
46	Салат из свежей капусты со свеклой	100	14,55	1,02	3,2	4,42	73,4	0,03	7,2	-	1,16	20,4	25,6	1,1	0,4
133	Суп картофельный с крупой рисовой с сайрой	10/250 (260)	34,16	5,36	5,02	13,67	108,45	0,08	12,2	-	0,24	151,36	111,74	39,7	2,21
454	Котлета по-хлыновски	100	101,56	10,3	10,5	4,9	159,8	0,19	3,3	315	0,89	137,32	132,0	20,6	0,39
516	Макаронные изделия отварные	180	20,78	8,27	9,93	39,7	276,27	0,08	-	-	0,06	80,14	43,4	9,5	0,84
388	Напиток из свежемороженой ягод	200	29,86	0,16	-	25,09	114,6	0,01	1,8	-	-	6,4	4,4	3,6	0,18
п/п	Хлеб пшеничный йодированный	50	5,88	2,25	2,88	24,15	116,5	0,05	-	-	0,65	11,5	43,5	16,5	0,55
п/п	Хлеб ржано-пшеничный	56	6,59	4,14	0,67	22,12	102,98	0,05	-	-	0,5	12,88	59,36	14	1,73
	Итого	946	213,38	31,5	32,2	134,05	952,0/35%	0,49	24,5	315	3,5	420,0	420,0	105	6,3

Поддник 7-11 лет

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность Ккал	В-1мг	С мг	Арет.ж в/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
п/п	Ряженка	200	34,21	5,8	5	8	118	0,06	1,4	40	-	74	55,5	8,5	0,2
406	Пирожки печеные с капустой	60	28,00	1,5	2,5	21,7	70	0,04	1,2	30,0	0,8	20	43,5	7,5	0,2
п/п	Фрукты в ассортименте	100	57,79	0,4	0,4	3,8	47	0,02	3,4	-	0,2	16,0	11	9	0,8
	Итого	360	120,00	7,7	7,9	33,5	235,0/10%	0,12	6	70	1,0	110	110	25,0	1,2
	Всего			53,9/70%	55,3/70%	234,5/70%	1645,0/70%	0,84	42,0	490	7,0	770,0	770,0	175,0	8,4

Поддник 12-18 лет

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность Ккал	В-1мг	С мг	Арет.ж в/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
п/п	Ряженка	200	34,21	5,8	5	8	118	0,06	1,4	40	-	74	55,5	8,5	0,2
406	Пирожки печеные с капустой	60	28,00	1,5	2,5	21,7	70	0,04	1,2	30,0	0,8	20	43,5	7,5	0,2
п/п	Фрукты в ассортименте	100	57,79	0,4	0,4	3,8	47	0,02	3,4	-	0,2	16	11	9	0,8
	Итого	360	120,00	9,0	9,2	38,3	272,0/10%	0,14	7	90	1,0	120	120	30,0	1,8
	Всего			63,0/70%	64,4/70%	268,1/70%	1904,0/70%	0,98	49,0	630	7,0	840,0	840,0	210,0	12,6

Зав. производством

Бухгалтер

Свободный выбор блюд и буфетной продукции, согласно прейскуранта

ИП ХВОСТОВА Т.В.
ЦЕНЫ ПРОВЕРЕНЫ



Согласовано
Директор школы № 5
5 день, Пятница 05 сентября 2025 г.

МЕНЮ

Завтрак 7-11 лет

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценнос- ть Ккал	В- 1мг	С мг	Арет.э- к в/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
293	Птица запеченная (голень куриная)	90	87,41	10,73	10,4	17,61	180,3	0,11	14,7	148	1,2	170,42	125,72	17,74	0,4
508	Каша рисовая рассыпчатая	150	22,11	5,75	5,87	22,24	207,4	0,16	27,0	0,9	84,08	101,05	23,13	1,14	1,1
685	Чай с сахаром	200	3,42	0,07	0,02	15,0	60,0	-	0,27	-	-	13,6	22,13	11,73	1,1
п/п	Хлеб пшеничный йодированный	60	7,06	2,7	3,46	28,9	139,8	0,03	-	-	0,39	6,9	26,1	9,9	0,33
	Итого	500	120,00	19,25	19,75	83,75	587,5/ 25%	0,3	15,0	175	2,5	275,0	275	62,5	3,0

Завтрак 12-18 лет

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценнос- ть Ккал	В- 1мг	С мг	Арет.э- к в/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
293	Птица запеченная (голень куриная)	100	97,12	13,83	13,09	18,46	220,9	0,14	14,73	225	1,31	135,49	135,59	17,74	0,4
508	Каша рисовая рассыпчатая	180	26,36	5,67	6,15	30,89	247,65	0,15	-	-	0,54	135,96	85,73	24,08	2,09
685	Чай с сахаром	200	3,42	0,07	0,02	15,0	60,0	-	0,27	-	-	13,6	22,13	11,73	1,1
п/п	Хлеб пшеничный йодированный	70	8,23	2,93	3,74	31,4	151,45	0,06	-	-	0,65	14,95	56,55	21,45	0,72
	Итого	550	135,33	22,5	23,0	95,75	680,0/ 25%	0,35	17,5	225	2,5	300	300	75,0	4,5

Обед 7-11 лет

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценнос- ть Ккал	В- 1мг	С мг	Арет.э- к в/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
71	Огурцы свежие в нарезке	60	17,01	0,58	3,64	3,65	42,42	0,02	6,0	-	1,69	20,33	19,27	10,57	0,5
148	Суп картофельный с лапшой с птицей	10/200 (210)	29,99	3,55	2,08	9,5	86,9	0,12	6,04	-	0,2	91,44	28,0	2,08	0,28
271	Котлета «домашняя»	90	83,70	8,97	12,55	24,18	256,17	0,07	2,41	245	0,31	134,5	132,54	34,95	0,15
520	Картофельное пюре	150	34,23	7,11	5,83	12,89	129,33	0,1	2,75	-	0,15	106,65	100,23	6,7	0,46
705	Напиток из плодов шиповника	200	12,60	0,35	-	20,76	88,2	0,01	3,8	-	-	7,7	2,1	2,7	0,53
п/п	Хлеб пшеничный йодированный	50	5,88	2,25	2,88	24,15	116,5	0,05	-	-	0,65	11,5	43,5	16,5	0,55
п/п	Хлеб ржано-пшеничный	56	6,59	4,14	0,67	22,12	102,98	0,05	-	-	0,5	12,88	59,36	14	1,73
	Итого	816	190,00	26,95	27,65	117,25	822,5/ 35%	0,42	21,0	245	3,5	385,0	385,0	87,5	4,2

Обед 12-18 лет

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценнос- ть Ккал	В- 1мг	С мг	Арет.э- к в/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
71	Огурцы свежие в нарезке	100	28,35	0,97	6,07	6,08	70,7	0,02	7,0	-	1,69	21,33	22,1	17,6	0,6
148	Суп картофельный с лапшой с птицей	10/250 (260)	34,59	4,71	3,2	11,7	107,6	0,13	7,44	-	0,2	106,52	40,17	10,82	1,2
271	Котлета «домашняя»	100	93,00	9,36	13,08	26,5	266,4	0,08	2,96	315	0,31	144,17	152,47	35,29	0,69
520	Картофельное пюре	180	41,17	9,72	6,3	22,74	199,62	0,15	3,3	-	0,15	115,9	100,3	8,1	1,0
705	Напиток из плодов шиповника	200	12,60	0,35	-	20,76	88,2	0,01	3,8	-	-	7,7	2,1	2,7	0,53
п/п	Хлеб пшеничный йодированный	50	5,88	2,25	2,88	24,15	116,5	0,05	-	-	0,65	11,5	43,5	16,5	0,55
п/п	Хлеб ржано-пшеничный	56	6,59	4,14	0,67	22,12	102,98	0,05	-	-	0,5	12,88	59,36	14	1,73
	Итого	946	222,18	31,5	32,2	134,05	952,0/ 35%	0,49	24,5	315	3,5	420,0	420,0	105	6,3

Полдник 7-11 лет

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценнос- ть Ккал	В- 1мг	С мг	Арет.э- к в/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
406	Пирожки печеные с яблоком	60	40,00	7,3	7,5	9,5	103,2	0,01	2,0	70,0	0,8	24	98	6	0,2
п/п	Сок фруктовый	200	29,40	-	-	20,2	84,8	0,09	0,6	-	-	70	1,0	10	0,2
п/п	Фрукты в ассортименте	100	50,60	0,4	0,4	3,8	47	0,02	3,4	-	0,2	16,0	11	9	0,8
	Итого	360	120,00	7,7	7,9	33,5	235,0/ 10%	0,12	6	70	1,0	110	110	25,0	1,2
	Всего			53,9/ 70%	55,3/ 70%	234,5/ 70%	1645,0/ 70%	0,84	42,0	490	7,0	770,0	770,0	175,0	8,4

Полдник 12-18 лет

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценнос- ть Ккал	В- 1мг	С мг	Арет.э- к в/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
406	Пирожки печеные с яблоком	60	40,00	8,6	8,8	14,3	140,2	0,03	3,0	90,0	0,8	34	108	11	0,8
п/п	Сок фруктовый	200	29,40	-	-	20,2	84,8	0,09	0,6	-	-	70	1,0	10	0,2
п/п	Фрукты в ассортименте	100	50,60	0,4	0,4	3,8	47	0,02	3,4	-	0,2	16,0	11	9	0,8
	Итого	360	120,00	9,0	9,2	38,3	272,0/ 10%	0,14	7	90	1,0	120	120	30,0	1,8
	Всего			63,0/ 70%	64,4/ 70%	268,1/ 70%	1904,0/ 70%	0,98	49,0	630	7,0	840,0	840,0	210,0	12,6

Зав.производством
Свободный выбор блюд и буфетной продукции, согласно прейскуранта

Бухгалтер

ИП ХВОСТОВА Т.В.
ЦЕНЫ ПРОВЕРЕНЫ



№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность Ккал	В- 1мг	С мг	Аргет.эк в/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
395	Вареники с творогом (промышленного производства) с маслом сливочным	150/10 (160)	83,88	16,98	17,03	45,63	387,3	0,24	11,3	175	1,78	236,2	207,0	28,57	0,63
685	Чай с сахаром	200	3,42	0,07	0,02	15,0	60,0	-	0,27	-	-	13,6	22,13	11,73	1,13
п/п	Хлеб пшеничный йодированный	40	4,70	1,8	2,3	19,32	93,2	0,04	-	-	0,52	9,2	34,8	13,2	0,44
	Фрукты в ассортименте	100	28,00	0,4	0,4	3,8	47	0,02	3,4	-	0,2	16,0	11	9	0,8
	Итого	500	120,00	19,25	19,75	83,75	587,5/ 25%	0,3	15,0	175	2,5	275,0	275,0	62,5	3,0

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность Ккал	В- 1мг	С мг	Аргет.эк в/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
395	Вареники с творогом (промышленного производства) с маслом сливочным	200/10 (210)	110,63	20,23	20,28	57,63	479,8	0,29	13,8	225	1,78	261,2	232,0	41,0	2,13
685	Чай с сахаром	200	3,42	0,07	0,02	15,0	60,0	-	0,27	-	-	13,6	22,1	11,7	1,13
п/п	Хлеб пшеничный йодированный	40	4,70	1,8	2,3	19,32	93,2	0,04	-	-	0,52	9,2	34,8	13,2	0,44
	Фрукты в ассортименте	100	28,00	0,4	0,4	3,8	47	0,02	3,4	-	0,2	16,0	11	9	0,8
	Итого	550	146,75	22,5	23,0	95,75	680,0/ 25%	0,35	17,5	225	2,5	300	300	75,0	4,5

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность Ккал	В- 1мг	С мг	Аргет.эк в/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
45	Салат из белокочанной капусты	60	7,39	0,79	1,95	3,88	44,06	0,02	6,99	-	1,16	15,2	21,3	1,1	0,4
	Щи из свежей капусты с картофелем	200	19,52	2,45	5,64	11,08	82,4	0,06	1,8	-	0,77	151,35	85,1	6,23	0,2
379	Поджарка рыбная	90	102,23	8,14	6,6	7,45	154,26	0,15	11,4	245	0,2	56,2	84,4	25,24	0,27
518	Картофель отварной	150	20,42	9,07	9,79	23,48	193,1	0,07	-	-	0,02	96,9	45,1	16,13	0,69
352	Кисель из свежемороженных ягод	200	27,97	0,11	0,12	25,09	129,2	0,02	0,8	-	0,2	40,8	46,0	8,3	0,36
п/п	Хлеб пшеничный йодированный	50	5,88	2,25	2,88	24,15	116,5	0,05	-	-	0,65	11,5	43,5	16,5	0,55
п/п	Хлеб ржано-пшеничный	56	6,59	4,14	0,67	22,12	102,98	0,05	-	-	0,5	12,8	59,3	14	1,73
	Итого	806	190,00	26,95	27,65	117,25	822,5/ 35%	0,42	21,0	245	3,5	385,0	385,0	87,5	4,2

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность Ккал	В- 1мг	С мг	Аргет.эк в/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
45	Салат из белокочанной капусты	100	12,32	1,02	3,2	4,42	73,4	0,03	7,2	-	1,16	20,4	25,6	1,1	0,4
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	23,18	3,03	6,98	13,71	102,8	0,07	5,09	-	0,77	167,3	105,4	7,7	0,3
379	Поджарка рыбная	100	113,58	8,14	6,6	7,45	154,26	0,15	11,4	315	0,2	56,2	84,4	25,2	0,27
518	Картофель отварной	180	24,53	12,81	11,75	37,11	272,86	0,12	-	-	0,02	110,87	55,7	32,1	2,69
352	Кисель из свежемороженных ягод	200	27,97	0,11	0,12	25,09	129,2	0,02	0,8	-	0,2	40,8	46,0	8,3	0,36
п/п	Хлеб пшеничный йодированный	50	5,88	2,25	2,88	24,15	116,5	0,05	-	-	0,65	11,5	43,5	16,5	0,55
п/п	Хлеб ржано-пшеничный	56	6,59	4,14	0,67	22,12	102,98	0,05	-	-	0,5	12,8	59,3	14	1,73
	Итого	936	214,05	31,5	32,2	134,05	952,0/ 35%	0,49	24,5	315	3,5	420,0	420,0	105	6,3

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность Ккал	В- 1мг	С мг	Аргет.эк в/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
п/п	Сок фруктовый разливной	200	29,40	-	-	20,2	84,8	0,09	0,6	-	-	70	1,0	10	0,2
406	Пирожки печеные с печенью	60	50,00	7,3	7,5	9,5	103,2	0,01	2,0	70,0	0,8	24,0	98,0	6,0	0,2
	Фрукты в ассортименте	100	40,60	0,4	0,4	3,8	47	0,02	3,4	-	0,2	16,0	11	9	0,8
	Итого	360	120,00	7,7	7,9	33,5	235,0/ 10%	0,12	6	70,0	1,0	110	110	25,0	1,2
	Всего			53,9/ 70%	55,3/ 70%	234,5/ 70%	1645,0/ 70%	0,84	42,0	490	7,0	770,0	770,0	175,0	8,4

№ ТК	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность Ккал	В- 1мг	С мг	Аргет.эк в/сут	Д мкг	Са мг	Р мг	Mg мг	Fe мг
п/п	Сок фруктовый разливной	200	29,40	-	-	20,2	84,8	0,09	0,6	-	-	70	1,0	10	0,2
406	Пирожки печеные с печенью	60	50,00	8,6	8,8	14,3	140,2	0,03	3,0	90,0	0,8	34,0	108,0	11,0	0,8
	Фрукты в ассортименте	100	40,60	0,4	0,4	3,8	47	0,02	3,4	-	0,2	16,0	11	9	0,8
	Итого	360	120,00	9,0	9,2	38,3	272,0/ 10%	0,14	7	90	1,0	120	120	30,0	1,8
	Всего			63,0/ 70%	64,4/ 70%	268,1/ 70%	1904,0/ 70%	0,98	49,0	630	7,0	840,0	840,0	210,0	12,6

Зав.производством
Свободный выбор блюд и буфетной продукции, согласно прейскуранта

Бухгалтер

ИП ХВОСТОВА Т.В.
ЦЕНЫ ПРОВЕРЕНЫ