

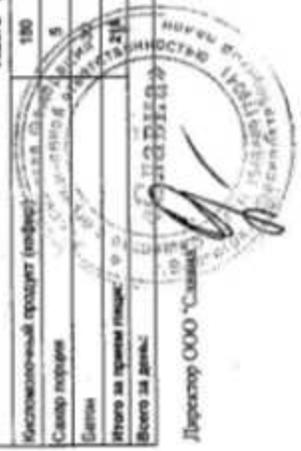


# МЕНЮ

на 01 сентября 2023г.

Пример пиццы, наименование блюда	Масса порция	Плотность упаковки		Зерно-молочная смесь, кг	На расход сырья
		Кол-во	Итого, г		
<b>Завтрак (Зк, 8-ти разовое)</b>					
Консервы пастеризованные закусочные (мера ед.базисная)	100	1,9	9,2	8,0	123,2
Сметана натуральная	150	15,0	21,0	2,8	229,0
Кефирный напиток на молоке	200	2,5	1,3	25,9	123,5
Бутерброд с колбасой	30/10	2,3	7,5	14,7	135,0
Хлеб пшеничный	50	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого за пример пиццы:	620	23,7	39,2	64,6	709,6
<b>Обед (Об, 5-ти разовое)</b>					
Мясо жаренная	60	1,6	4,9	7,6	81,6
Суп из овощей	200	1,5	3,0	8,9	66,4
Тфелец (1-й вариант) с соусом	90/30	8,6	11,7	17,3	208,9
Каша пшеница вязкая	150	4,0	4,7	23,1	150,3
Кисель из плодов	200	0,1	0,0	28,2	110,3
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пшеничный	40	2,5	0,4	16,5	79,2
Итого за пример пиццы:	620	23,6	29,6	125,9	813,8
<b>Полдник (Пол, 5-ти разовое)</b>					
Ватрушка с повидлом	100	6,4	2,9	62,8	303,2
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	19,6	89,2
Итого за пример пиццы:	300	7,4	3,1	82,4	392,4
<b>Ужин (Уж, 5-ти разовое)</b>					
Птица, тушенная в соусе с овощами	200	15,8	19,1	23,5	328,8
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	200	0,2	0,0	15,0	60,5
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,3	91,8
Хлеб пшеничный	30	1,9	0,3	12,3	59,4
Итого за пример пиццы:	600	20,9	19,6	70,3	540,6
<b>Ужин 2 (Уж-2, 5-ти разовое)</b>					
Кисло-молочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,0	92,5
Сахар песок	5	0,0	0,0	4,9	19,4
Батон	30	2,3	0,9	13,0	77,7
Итого за пример пиццы:	215	7,3	5,3	24,9	189,6
<b>Всего за день:</b>		<b>103,8</b>	<b>113,1</b>	<b>461,8</b>	<b>3 266,0</b>

Зав. Производства:



Пример пиццы, наименование блюда	Масса порция	Плотность упаковки		Зерно-молочная смесь, кг	На расход сырья
		Кол-во	Итого, г		
<b>Завтрак (Зк, 8-ти разовое)</b>					
Консервы пастеризованные закусочные (мера ед.базисная)	100	1,9	9,2	8,0	123,2
Сметана натуральная	200	15,0	27,0	3,8	346,1
Кефирный напиток на молоке	200	2,3	1,3	25,9	123,5
Бутерброд с колбасой	30/10	2,3	7,5	14,7	135,0
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9
Итого за пример пиццы:	500	29,4	46,1	71,9	819,7
<b>Обед (Об, 5-ти разовое)</b>					
Мясо жаренная	100	2,5	7,9	12,6	133,6
Суп из овощей	250	1,9	3,7	11,0	85,4
Тфелец (1-й вариант) с соусом	100/30	11,6	15,2	19,2	224,6
Каша пшеница вязкая	180	4,8	5,7	27,7	180,5
Кисель из плодов	200	0,1	0,0	28,2	110,3
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	138,5
Итого за пример пиццы:	900	29,1	33,4	151,8	987,7
<b>Полдник (Пол, 5-ти разовое)</b>					
Ватрушка с повидлом	150	9,3	4,4	94,5	453,2
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	19,6	89,2
Итого за пример пиццы:	350	10,3	4,6	114,1	542,4
<b>Ужин (Уж, 5-ти разовое)</b>					
Птица, тушенная в соусе с овощами	200	19,1	22,8	28,4	396,6
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	200	0,2	0,0	15,0	60,5
Хлеб пшеничный	60	3,9	0,5	24,6	118,7
Хлеб пшеничный	60	4,3	0,4	29,2	137,8
Итого за пример пиццы:	600	27,7	23,7	97,2	713,6
<b>Ужин 2 (Уж-2, 5-ти разовое)</b>					
Кисло-молочный продукт (кефир)	180	5,0	4,4	7,0	92,5
Сахар песок	5	0,0	0,0	4,9	19,4
Батон	30	2,3	0,9	13,0	77,7
Итого за пример пиццы:	215	7,3	5,3	24,9	189,6
<b>Всего за день:</b>		<b>103,8</b>	<b>113,1</b>	<b>461,8</b>	<b>3 266,0</b>



# МЕНЮ

на 02 сентября 2023г.

Примеры блюд, наименования блюд 7-11 лет	Масса порции	Помесная влажность		Закрытая масса (г)	№ рецептура
		Влага, %	Жиры, %		
<b>Завтрак</b>					
Каша молочная пшеница в масле	200	7,6	8,4	42,9	Справка рецептур на ТК
Бутерброд с сыром	30/10/10	4,6	16,5	14,7	Справка рецептур на ТК
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	Справка рецептур на ТК
Батон	50	3,9	1,5	25,1	129,5
Итого за прями выданы:	600	16,3	26,4	97,3	638,3
<b>Обед</b>					
Овощи по сезону (огурец свежий, огурец соленый, капуста квашеная, свекла отварная, помидор свежий, помидор соленый, морковь отварная и т.д.)	60	0,9	0,1	5,3	25,7
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,3	1,8	16,0	89,2
Котлета из говядины с капустой	90	14,0	20,9	12,1	151,2
Картофель отварной с маслом	150	2,9	4,1	23,9	144,2
Компот из свежих плодов	200	0,1	0,1	14,2	59,2
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	34,3	114,8
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	138,5
Итого за прями выданы:	820	28,4	27,9	124,6	722,8
<b>Полдник</b>					
Пирожок (сдоба обыкновенная)	100	8,0	6,8	56,0	305,4
Компот из яблок	200	0,4	0,1	21,5	88,5
Итого за прями выданы:	300	8,4	6,9	77,5	393,9
<b>Ужин</b>					
Запеканка рисовая с творогом с соусом молочным (сладким)	200/50	12,3	10,0	66,2	405,1
Чай с молоком или сливок (молоко)	200	1,7	1,3	17,3	86,7
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	34,3	114,8
Итого за прями выданы:	600	17,7	11,6	107,8	606,6
<b>Ужин 2</b>					
Макомолочный продукт (ликевик)	180	5,0	4,4	7,4	94,3
Батон	30	3,3	0,9	15,0	77,7
Итого за прями выданы:	210	7,3	5,3	22,4	172,0
Всего за день:		78,9	79,0	355,2	2 278,1

Директор ООО "Славия"



Примеры блюд, наименования блюд 12-18 лет	Масса порции	Помесная влажность		Закрытая масса (г)	№ рецептура
		Влага, %	Жиры, %		
<b>Завтрак</b>					
Каша молочная пшеница в масле	250	9,5	10,4	53,5	Справка рецептур на ТК
Бутерброд с сыром	30/10/10	4,6	16,5	14,7	Справка рецептур на ТК
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	Справка рецептур на ТК
Батон	60	4,6	1,8	30,1	155,4
Итого за прями выданы:	600	18,9	22,7	113,3	733,2
<b>Обед</b>					
Овощи по сезону (огурец свежий, огурец соленый, капуста квашеная, свекла отварная, помидор свежий, помидор соленый, морковь отварная и т.д.)	100	1,6	0,1	8,9	42,8
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,8	2,2	19,9	111,7
Котлета из говядины с капустой	100	15,6	23,2	13,6	175,3
Картофель отварной с маслом	180	3,5	3,0	28,6	173,1
Компот из свежих плодов	200	0,1	0,1	14,2	59,2
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	34,3	114,8
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	138,5
Итого за прями выданы:	950	31,8	31,6	136,3	815,4
<b>Полдник</b>					
Пирожок (сдоба обыкновенная)	150	12,1	7,1	84,0	458,0
Компот из яблок	200	0,4	0,1	21,5	88,5
Итого за прями выданы:	350	12,5	7,2	105,5	546,5
<b>Ужин</b>					
Запеканка рисовая с творогом с соусом молочным (сладким)	250/50	15,1	12,0	81,2	493,7
Чай с молоком или сливок (молоко)	200	1,7	1,3	17,3	86,7
Хлеб пшеничный	100	7,4	0,6	48,7	239,7
Итого за прями выданы:	600	24,2	13,9	147,2	810,1
<b>Ужин 2</b>					
Макомолочный продукт (ликевик)	180	5,0	4,4	7,4	94,3
Батон	30	3,3	0,9	15,0	77,7
Итого за прями выданы:	210	7,3	5,3	22,4	172,0
Всего за день:		106,6	91,0	529,6	3 208,4

Зав. Производствам



Директор ООО «Санитас»  
И.Е. Кулишова

# МЕНЮ

на 03 сентября 2023г.

Приним пицца, замораживаемые блинцы	7 день 12-18 лет	Планируемые инвестиции		Зеркало-чашки чайники, вода	№ рецептуры
		Бюджет, г	Жирен, г		
<b>Завтрак</b>					
Суп мясной с крупой (перулессовой)	300	6,4	6,4	18,7	Объем рецепта см ТК
Бутерброд с маслом	40/10	3,1	7,5	19,6	Объем рецепта см ТК
Каша с молоком	200	3,8	3,0	24,5	Объем рецепта см ТК
<b>Итого за прием пиццы:</b>	<b>600</b>	<b>13,3</b>	<b>16,9</b>	<b>63,8</b>	<b>462,3</b>
<b>Обед</b>					
Овощи по сезону (огурец, свекла, стурец солень, капуста квашеная, свежая отварная, помидор свежий, помидор солень, морковь отварная и т.д.)	100	1,6	0,1	8,9	42,8
Суп картофельный	250	2,4	2,2	19,4	108,0
Котлеты, блинчик, шницель	100	15,9	22,3	21,0	303,3
Каша гречневая вязкая	100	5,2	5,7	24,1	167,6
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	20,4	84,0
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	138,5
<b>Итого за прием пиццы:</b>	<b>950</b>	<b>33,7</b>	<b>31,2</b>	<b>146,9</b>	<b>995,0</b>
<b>Полдник</b>					
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Напиток лимонный	200	0,1	0,0	16,2	69,5
<b>Итого за прием пиццы:</b>	<b>400</b>	<b>0,9</b>	<b>0,8</b>	<b>35,7</b>	<b>160,7</b>
<b>Ужин</b>					
Мясо свиное	100	2,7	7,9	14,1	139,2
Грив из птицы	200	14,1	22,7	37,2	409,5
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	60,5
Хлеб пшеничный / Хлеб пшеничный	70/30	5,1/1,9	0,4/0,3	34/23,3	160,8/91,4
<b>Итого за прием пиццы:</b>	<b>600</b>	<b>24,0</b>	<b>31,2</b>	<b>112,6</b>	<b>829,4</b>
<b>Ужин 2</b>					
Бутерброд с помидом	20/10	1,6	0,1	19,2	82,4
Чай с сахаром и лимоном	200/150	0,2	0,0	13,2	62,1
<b>Итого за прием пиццы:</b>	<b>288</b>	<b>1,8</b>	<b>0,1</b>	<b>34,4</b>	<b>144,5</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>950</b>	<b>96,7</b>	<b>92,3</b>	<b>393,4</b>	<b>2 756,8</b>

Зав. Производствам:

Приним пицца, замораживаемые блинцы	7-11 лет	Планируемые инвестиции		Зеркало-чашки чайники, вода	№ рецептуры
		Бюджет, г	Жирен, г		
<b>Завтрак</b>					
Суп мясной с крупой (перулессовой)	250	5,2	5,4	16,3	Объем рецепта см ТК
Бутерброд с маслом	40/10	3,1	7,5	19,6	Объем рецепта см ТК
Каша с молоком	200	3,8	3,0	24,5	Объем рецепта см ТК
<b>Итого за прием пиццы:</b>	<b>600</b>	<b>12,1</b>	<b>15,9</b>	<b>60,4</b>	<b>435,6</b>
<b>Обед</b>					
Овощи по сезону (огурец, свекла, стурец солень, капуста квашеная, свежая отварная, помидор свежий, помидор солень, морковь отварная и т.д.)	60	0,9	0,1	5,3	23,7
Суп картофельный	200	1,9	1,9	15,6	81,4
Котлеты, блинчик, шницель	90	9,7	14,2	18,7	240,5
Каша гречневая вязкая	150	4,4	4,7	26,1	139,7
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	20,4	84,0
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	138,5
<b>Итого за прием пиццы:</b>	<b>820</b>	<b>25,6</b>	<b>31,6</b>	<b>133,2</b>	<b>829,6</b>
<b>Полдник</b>					
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Напиток лимонный	200	0,1	0,0	16,2	69,5
<b>Итого за прием пиццы:</b>	<b>400</b>	<b>0,9</b>	<b>0,8</b>	<b>35,7</b>	<b>160,7</b>
<b>Ужин</b>					
Мясо свиное	100	2,7	7,9	14,1	139,2
Грив из птицы	150	10,5	20,0	28,0	333,8
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	60,5
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
<b>Итого за прием пиццы:</b>	<b>600</b>	<b>17,1</b>	<b>28,2</b>	<b>81,4</b>	<b>648,3</b>
<b>Ужин 2</b>					
Бутерброд с помидом	20/10	1,6	0,1	19,2	82,4
Чай с сахаром и лимоном	200/150	0,2	0,0	13,2	62,1
<b>Итого за прием пиццы:</b>	<b>288</b>	<b>1,8</b>	<b>0,1</b>	<b>34,4</b>	<b>144,5</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>950</b>	<b>77,6</b>	<b>78,9</b>	<b>348,0</b>	<b>2 286,1</b>

Директор ООО «Санитас»







# МЕНЮ

на 05 сентября 2023г.

Пример пищи, характеризующая блюдо 13-18 лет	Масса порции	Плотность энергии		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Блюдо, г	Жиры, г		
<b>Завтрак (Зк, 5-ти разовое)</b>					
Суп молочный с макаронными изделиями	300	6,9	3,7	25,2	Сборная рецептура ТК
Булочка с повидлом	305/20	2,3	27,3	149,5	Сборная рецептура ТК
Каша с молоком	200	3,8	3,0	24,5	Сборная рецептура ТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>808</b>	<b>13,0</b>	<b>33,4</b>	<b>471,4</b>	
<b>Обед (Об, 5-ти разовое)</b>					
Овощи по сезону (огурец свежий, огурец соевый, капуста квашеная, свекла отварная, помидор свежий, помидор соевый, морковь отварная и т.д.)	100	1,6	0,1	8,9	42,8
Щи из свеклы капуста с картофелем	250	1,7	3,7	8,7	75,7
Французская масляная в соусе	100/30	17,9	20,0	19,3	206,3
Рис отварной	180	4,5	13,5	46,8	327,3
Компот из свежих плодов	200	0,1	0,1	14,2	59,2
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	138,5
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>880</b>	<b>34,0</b>	<b>38,3</b>	<b>151,0</b>	<b>1 054,8</b>
<b>Полдник (Пол, 5-ти разовое)</b>					
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Компот из яблок	200	0,4	0,1	21,5	88,5
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>1,2</b>	<b>0,9</b>	<b>40,5</b>	<b>179,7</b>
<b>Ужин (Уж, 5-ти разовое)</b>					
Утка свекольная	100	2,7	7,9	14,1	139,2
Колбаса рубленая Любительская	100	11,2	10,0	12,3	176,3
Картофель отварной с маслом	180	3,5	5,0	28,6	173,1
Напиток лимонный	200	0,1	0,0	16,7	69,5
Хлеб пшеничный	70	5,1	0,4	34,0	160,8
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>650</b>	<b>22,6</b>	<b>23,3</b>	<b>105,7</b>	<b>718,9</b>
<b>Ужин 2 (Уж2, 5-ти разовое)</b>					
Кисломолочный продукт (сметана)	180	4,8	4,4	18,8	137,0
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>210</b>	<b>7,1</b>	<b>5,3</b>	<b>33,8</b>	<b>215,6</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>864</b>	<b>91,6</b>	<b>408,0</b>	<b>2 740,4</b>	

Зав. Производства:

Пример пищи, характеризующая блюдо 7-11 лет	Масса порции	Плотность энергии		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Блюдо, г	Жиры, г		
<b>Завтрак (Зк, 5-ти разовое)</b>					
Суп молочный с макаронными изделиями	250	5,6	4,6	21,0	Сборная рецептура ТК
Булочка с повидлом	305/20	2,3	3,7	27,3	Сборная рецептура ТК
Каша с молоком	200	3,8	3,0	24,5	Сборная рецептура ТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>808</b>	<b>11,7</b>	<b>11,5</b>	<b>72,8</b>	<b>441,3</b>
<b>Обед (Об, 5-ти разовое)</b>					
Овощи по сезону (огурец свежий, огурец соевый, капуста квашеная, свекла отварная, помидор свежий, помидор соевый, морковь отварная и т.д.)	60	0,9	0,1	5,3	25,7
Щи из свеклы капуста с картофелем	200	1,4	2,9	7,0	69,4
Французская масляная в соусе	90/30	8,7	19,5	17,4	281,3
Рис отварной	150	3,8	12,4	38,9	283,3
Компот из свежих плодов	200	0,1	0,1	14,2	59,2
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	138,5
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>880</b>	<b>33,1</b>	<b>35,9</b>	<b>135,9</b>	<b>863,4</b>
<b>Полдник (Пол, 5-ти разовое)</b>					
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Компот из яблок	200	0,4	0,1	21,5	88,5
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>1,2</b>	<b>0,9</b>	<b>40,5</b>	<b>179,7</b>
<b>Ужин (Уж, 5-ти разовое)</b>					
Утка свекольная	60	1,7	4,9	8,5	81,2
Колбаса рубленая Любительская	60	8,4	9,8	11,2	167,1
Картофель отварной с маслом	150	2,9	4,1	23,9	144,2
Напиток лимонный	200	0,1	0,0	16,7	69,5
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	137,8
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>660</b>	<b>17,6</b>	<b>19,2</b>	<b>89,5</b>	<b>603,8</b>
<b>Ужин 2 (Уж2, 5-ти разовое)</b>					
Кисломолочный продукт (сметана)	180	4,8	4,4	18,8	137,0
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>210</b>	<b>7,1</b>	<b>5,3</b>	<b>33,8</b>	<b>215,6</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>864</b>	<b>77,7</b>	<b>79,0</b>	<b>372,5</b>	<b>2 403,8</b>

Директор ООО "Славян"

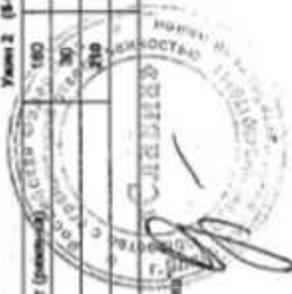


# МЕНЮ

на 06 сентября 2023г.

Пример блюда, наименование блюда 7-11 лет	Масса порции	Плотность вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Виска, г	Жиры, г		
<b>Завтрак (Зк, 5-ти разовое)</b>					
Каша молочная манная жидкая с маслом	200	3,6	7,4	223,0	Объем расчета см ТК
Бутерброд с сыром	30/10/10	4,6	10,5	171,4	Объем расчета см ТК
Чай с сахаром и лимонном	200/15/8	0,3	0,0	15,2	Объем расчета см ТК
Батон	30	2,3	0,9	11,0	Объем расчета см ТК
Итого за прием пищи:	863	11,8	19,8	535,2	
<b>Обед (Об, 5-ти разовое)</b>					
Овощи по сезону (огурец свежий, огурец соленый, капуста кочанная, свекла отварная, помидор свежий, помидор соленый, морковь отварная и т.д.)					
Суп из овощей	200	1,5	3,0	8,9	Объем расчета см ТК
Плов из птицы	150	10,5	20,0	28,0	Объем расчета см ТК
Компот из фруктов сульфуретов	200	0,4	0,0	20,4	Объем расчета см ТК
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	Объем расчета см ТК
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	Объем расчета см ТК
Итого за прием пищи:	730	21,5	24,0	115,7	765,2
<b>Полдник (Пол, 5-ти разовое)</b>					
Плошка (сдоба обыкновенная)	100	3,0	4,8	30,0	Объем расчета см ТК
Сок фруктовый	200	0,6	0,2	23,9	Объем расчета см ТК
Итого за прием пищи:	300	3,6	5,0	78,9	496,3
<b>Ужин (Ужин, 5-ти разовое)</b>					
Запеканка из творога с морковью	200	24,0	20,5	47,6	Объем расчета см ТК
Салат молочный (сладкий)	50	0,9	2,2	6,7	Объем расчета см ТК
Чай с сахаром, варенье, джемом, медом, повидлом	200	0,2	0,0	15,0	Объем расчета см ТК
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	Объем расчета см ТК
Итого за прием пищи:	800	28,8	23,0	90,6	780,4
<b>Ужин 2 (Ужин 2, 5-ти разовое)</b>					
Молочный продукт (ряженка)	180	5,0	4,4	7,4	Объем расчета см ТК
Батон	30	2,3	0,9	11,0	Объем расчета см ТК
Итого за прием пищи:	210	7,3	5,3	22,4	172,8
Всего за день:		85,6	78,9	395,5	2 880,1

Директор ООО "Салат"



Пример блюда, наименование блюда 12-18 лет	Масса порции	Плотность вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Виска, г	Жиры, г		
<b>Завтрак (Зк, 5-ти разовое)</b>					
Каша молочная манная жидкая с маслом	250	7,0	9,2	41,8	Объем расчета см ТК
Бутерброд с сыром	30/10/10	4,6	10,5	171,4	Объем расчета см ТК
Чай с сахаром и лимонном	200/15/8	0,3	0,0	15,2	Объем расчета см ТК
Батон	40	3,1	1,2	20,0	Объем расчета см ТК
Итого за прием пищи:	863	15,0	20,9	91,7	617,1
<b>Обед (Об, 5-ти разовое)</b>					
Овощи по сезону (огурец свежий, огурец соленый, капуста кочанная, свекла отварная, помидор свежий, помидор соленый, морковь отварная и т.д.)					
Суп из овощей	250	1,9	3,7	11,0	Объем расчета см ТК
Плов из птицы	200	14,1	22,7	37,2	Объем расчета см ТК
Компот из фруктов сульфуретов	200	0,4	0,0	20,4	Объем расчета см ТК
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	Объем расчета см ТК
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	28,8	Объем расчета см ТК
Итого за прием пищи:	870	26,2	27,4	130,6	875,0
<b>Полдник (Пол, 5-ти разовое)</b>					
Плошка (сдоба обыкновенная)	150	12,1	7,1	84,0	Объем расчета см ТК
Сок фруктовый	200	0,6	0,2	22,9	Объем расчета см ТК
Итого за прием пищи:	350	12,7	7,3	106,9	558,9
<b>Ужин (Ужин, 5-ти разовое)</b>					
Запеканка из творога с морковью	250	30,0	25,5	59,7	Объем расчета см ТК
Салат молочный (сладкий)	50	0,9	2,2	6,7	Объем расчета см ТК
Чай с сахаром, варенье, джемом, медом, повидлом	200	0,2	0,0	15,0	Объем расчета см ТК
Хлеб пшеничный	100	7,4	0,6	48,7	Объем расчета см ТК
Итого за прием пищи:	800	38,5	28,3	130,1	954,0
<b>Ужин 2 (Ужин 2, 5-ти разовое)</b>					
Молочный продукт (ряженка)	180	5,0	4,4	7,4	Объем расчета см ТК
Батон	30	2,3	0,9	11,0	Объем расчета см ТК
Итого за прием пищи:	210	7,3	5,3	22,4	172,8
Всего за день:		166,5	92,0	492,9	3 291,2

Эм. Производства:



Директор Государственного научного центра экспертизы продуктов питания и безопасности пищевых ресурсов  
Г.Е. Кулишова

# МЕНЮ

на 07 сентября 2023г.

Примеры блюд, наименования блюд 7-11 лет	Масса порции	Личный завтрак		Дополнительное питание, кал	№ разделов
		Завтрак (2х, 5-ти разовое)	Ланч (1-ти разовое)		
Каши молочная пшеница вязкая с маслом	200	7,6	8,4	276,8	Служба питания в ТЦ
Булгур с помидором	40/10/50	3,3	7,3	277,2	Служба питания в ТЦ
Копченый салатик на масле	200	2,3	2,9	133,5	Служба питания в ТЦ
Итого за прями ланч:	800	13,2	17,6	677,6	
<b>Обед (2х, 5-ти разовое)</b>					
Угря морковная	80	1,6	4,9	81,9	Служба питания в ТЦ
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,3	3,8	89,2	Служба питания в ТЦ
Рыба, тушеная в томате с овощами	90/20	17,9	11,1	119,5	Служба питания в ТЦ
Рис отварной	150	3,8	12,4	283,3	Служба питания в ТЦ
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	110,3	Служба питания в ТЦ
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	114,8	Служба питания в ТЦ
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	138,5	Служба питания в ТЦ
Итого за прями ланч:	818	33,9	33,1	147,3	937,5
<b>Полдник (8-ти разовое)</b>					
Фрукты свежие	200	1,7	0,4	83,4	Служба питания в ТЦ
Напиток лимонный	200	0,1	0,0	69,5	Служба питания в ТЦ
Итого за прями ланч:	400	1,8	0,4	152,9	
<b>Ужин (8-ти разовое)</b>					
Салати по сезону (огурец, свекла, огурец соевый, капуста квашеная, свекла отварная, помидор соевый, помидор соевый, морковь отварная и т.д.)	100	1,6	0,1	8,9	42,8
Жаркое по-деревенски	150	10,0	19,5	17,7	286,6
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	66,5
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Итого за прями ланч:	500	15,5	19,9	65,9	504,7
<b>Ужин 2 (8-ти разовое)</b>					
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7
Кислое молоко (кефир)	180	5,0	4,4	7,0	92,5
Салат порция	5	0,0	0,0	4,9	19,4
Итого за прями ланч:	215	7,3	5,3	26,9	189,6
<b>Дополнительное питание (к одному из приемов пищи) (2х, 5-ти разовое)</b>					
Фрукты или овощи или Напиток (сок, йогурт, компот) или Кислое молоко (кефир)	200	1,0	0,2	19,4	83,4
Всего за день:		77,7	78,9	382,4	2 462,3

Директор ООО "Славян"

Примеры блюд, наименования блюд 12-18 лет	Масса порции	Личный завтрак		Дополнительное питание, кал	№ разделов
		Завтрак (2х, 5-ти разовое)	Ланч (1-ти разовое)		
Каши молочная пшеница вязкая с маслом	250	9,5	10,4	345,9	Служба питания в ТЦ
Булгур с помидором	40/10/50	3,3	7,3	277,2	Служба питания в ТЦ
Копченый салатик на масле	200	2,3	2,9	133,5	Служба питания в ТЦ
Итого за прями ланч:	550	15,1	19,6	746,7	
<b>Обед (2х, 5-ти разовое)</b>					
Угря морковная	100	2,5	7,9	151,6	Служба питания в ТЦ
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,8	2,2	111,7	Служба питания в ТЦ
Рыба, тушеная в томате с овощами	100/30	19,4	12,0	128,1	Служба питания в ТЦ
Рис отварной	180	4,5	13,5	327,3	Служба питания в ТЦ
Кисель из повидла	200	0,1	0,0	110,3	Служба питания в ТЦ
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	114,8	Служба питания в ТЦ
Хлеб пшеничный	70	4,5	0,6	138,5	Служба питания в ТЦ
Итого за прями ланч:	1050	37,5	26,5	1 064,3	7
<b>Полдник (8-ти разовое)</b>					
Фрукты свежие	200	1,7	0,4	83,4	Служба питания в ТЦ
Напиток лимонный	200	0,1	0,0	69,5	Служба питания в ТЦ
Итого за прями ланч:	400	1,8	0,4	152,9	
<b>Ужин (8-ти разовое)</b>					
Салати по сезону (огурец, свекла, огурец соевый, капуста квашеная, свекла отварная, помидор соевый, помидор соевый, морковь отварная и т.д.)	100	1,6	0,1	8,9	42,8
Жаркое по-деревенски	200	14,4	29,8	22,9	366,9
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	66,5
Хлеб пшеничный / Хлеб пшеничный	70/30	3,17,9	0,40,3	3471,3	1403,9/194,4
Итого за прями ланч:	600	23,3	30,8	83,1	690,4
<b>Ужин 2 (8-ти разовое)</b>					
Кислое молоко (кефир)	180	5,0	4,4	7,0	92,5
Салат порция	5	0,0	0,0	4,9	19,4
Батон	30	2,3	0,9	15,0	77,7
Итого за прями ланч:	215	7,3	5,3	26,9	189,6
<b>Дополнительное питание (к одному из приемов пищи) (2х, 5-ти разовое)</b>					
Фрукты или овощи или Напиток (сок, йогурт, компот) или Кислое молоко (кефир)	200	1,0	0,2	19,4	83,4
Всего за день:		90,9	91,9	447,9	2 843,9

Зав. Производства