

АО "КСП "Волна"

Ст.158 Школа № 268

АКЦИОНЕРНОЕ ОБЩЕСТВО  
"Комбинат социального питания  
"ВОЛНА"  
СТОЛОВАЯ № 158  
Для документов

## МЕНЮ

14.01.2021

ПИТАНИЕ ПО БЕЗНАЛИЧНОМУ РАСЧЕТУ



УТВЕРЖДАЮ:

| Номер рецептуры                   | Наименование                          | Вес блюда (гр) | ККал         | Белки        | Жиры         | Углеводы      | Витамины (мг) |              |               |             | Минеральные вещества (мг) |               |               |             |
|-----------------------------------|---------------------------------------|----------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|---------------|-------------|---------------------------|---------------|---------------|-------------|
|                                   |                                       |                |              |              |              |               | B1            | C            | A             | E           | Ca                        | P             | Mg            | Fe          |
| <b>ЗАВТРАК - 63</b>               |                                       |                |              |              |              |               |               |              |               |             |                           |               |               |             |
| 2/2011                            | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ                  | 20/15          | 132          | 0,20         | 0,87         | 12,00         | 0,02          | 0,48         | 0,03          | 0,40        | 8,00                      | 14,00         | 5,00          | 0,30        |
| 212/2011                          | ОМЛЕТ С СОСИСКАМИ                     | 150            | 209          | 16,40        | 12,20        | 12,80         | 0,08          |              | 0,18          | 0,90        | 115,20                    | 249,00        | 19,20         | 2,83        |
| 431/2008                          | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ               | 200/5          | 62           | 0,30         | 0,10         | 15,20         |               |              |               |             | 10,80                     | 7,20          | 5,40          | 0,70        |
| /                                 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ    | 25             | 72           | 2,00         | 1,16         | 12,99         | 0,13          |              |               | 0,38        | 13,75                     |               |               | 0,50        |
| 338/2011                          | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ                         | 100            | 44           | 0,40         | 0,40         | 9,80          | 0,03          | 1,00         | 0,03          | 0,20        | 16,00                     | 11,00         | 9,00          | 2,20        |
| <b>Итого за ЗАВТРАК - 63 руб.</b> |                                       |                | <b>519</b>   | <b>19,30</b> | <b>14,73</b> | <b>62,79</b>  | <b>0,26</b>   | <b>1,48</b>  | <b>0,24</b>   | <b>1,88</b> | <b>163,75</b>             | <b>281,20</b> | <b>38,60</b>  | <b>6,53</b> |
| <b>ОБЕД - 110</b>                 |                                       |                |              |              |              |               |               |              |               |             |                           |               |               |             |
| 56/2008                           | ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ                       | 60             | 78           | 2,52         | 4,86         | 6,06          | 0,02          | 5,40         | 0,01          | 2,22        | 27,00                     | 33,60         | 16,20         | 0,60        |
| 99/2008                           | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ | 200/10         | 150          | 5,80         | 3,70         | 22,60         | 0,10          | 3,50         | 143,10        | 1,70        | 37,90                     | 60,70         | 25,40         | 1,90        |
| 308/350/2010                      | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ, СОУС МОЛОЧНЫЙ   | 75/50          | 248          | 10,20        | 16,70        | 10,50         | 0,05          |              | 0,05          | 2,90        | 190,00                    | 200,00        | 18,33         | 1,67        |
| 325/2008                          | РИС ОТВАРНОЙ                          | 150            | 203          | 3,70         | 6,30         | 32,80         | 0,02          |              | 0,05          | 0,30        | 3,00                      | 61,00         | 19,00         | 0,60        |
| 442/2008                          | СОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ                      | 200            | 92           | 1,00         | 0,20         | 19,17         |               | 4,00         |               |             | 14,00                     | 14,00         | 8,00          | 2,80        |
| к/к/                              | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ      | 40             | 92           | 3,20         | 1,70         | 20,40         | 0,10          |              |               |             | 8,30                      | 40,40         |               | 0,10        |
| /                                 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ    | 25             | 72           | 2,00         | 1,16         | 12,99         | 0,13          |              |               | 0,38        | 13,75                     |               |               | 0,50        |
| <b>Итого за ОБЕД - 110 руб.</b>   |                                       |                | <b>935</b>   | <b>28,42</b> | <b>34,62</b> | <b>124,52</b> | <b>0,42</b>   | <b>12,90</b> | <b>143,21</b> | <b>7,50</b> | <b>293,95</b>             | <b>409,70</b> | <b>86,93</b>  | <b>8,17</b> |
| <b>ОБЕД - 173</b>                 |                                       |                |              |              |              |               |               |              |               |             |                           |               |               |             |
| 56/2008                           | ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ                       | 100            | 130          | 4,20         | 8,10         | 10,10         | 0,03          | 9,00         | 0,02          | 3,70        | 45,00                     | 56,00         | 27,00         | 1,00        |
| 99/2008                           | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ | 250/10         | 150          | 7,80         | 3,70         | 12,80         | 0,10          | 5,50         | 0,27          | 0,50        | 97,90                     | 120,70        | 35,40         | 2,90        |
| 308/350/2010                      | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ, СОУС МОЛОЧНЫЙ   | 75/50          | 248          | 10,20        | 16,70        | 10,50         | 0,05          |              | 0,05          | 2,90        | 190,00                    | 200,00        | 18,33         | 1,67        |
| 325/2008                          | РИС ОТВАРНОЙ                          | 180            | 203          | 3,70         | 6,30         | 32,80         | 0,02          |              | 0,05          | 0,08        | 13,00                     | 161,00        | 39,00         | 0,60        |
| 399/2008                          | КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ВИТАМИНОМ "С"  | 200            | 141          | 0,50         | 0,10         | 31,50         | 0,02          | 12,00        |               | 0,10        |                           |               |               |             |
| 695/1996                          | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ                   | 75             | 134          | 4,00         | 1,50         | 16,40         | 0,10          |              | 0,10          | 0,50        | 9,00                      | 33,60         | 5,40          | 0,40        |
| к/к/                              | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ      | 40             | 92           | 3,20         | 1,70         | 20,40         | 0,10          |              |               |             | 8,30                      | 40,40         |               | 0,10        |
| /                                 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ            | 40             | 94           | 2,90         | 1,06         | 18,24         | 0,04          |              |               |             | 7,74                      | 29,58         | 11,48         | 0,70        |
| <b>Итого за ОБЕД - 173 руб.</b>   |                                       |                | <b>1 192</b> | <b>36,50</b> | <b>39,16</b> | <b>152,74</b> | <b>0,46</b>   | <b>26,50</b> | <b>0,49</b>   | <b>7,78</b> | <b>370,94</b>             | <b>641,28</b> | <b>136,61</b> | <b>7,37</b> |

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор