



МЕНЮ

30.11.2020

ПИТАНИЕ ПО БЕЗНАЛИЧНОМУ РАСЧЕТУ



УТВЕРЖДАЮ:

Номер рецептуры	Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
							В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
ЗАВТРАК - 61														
189/2008	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	179	5,60	6,40	44,80	0,10	1,00		0,60	14,00	146,00	29,00	2,00
3/2008	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/20	88	4,50	4,50	7,40	0,02		0,04	0,30	134,00	85,00	7,00	0,30
432/2008	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	107	1,50	1,30	22,40	0,02	1,00	0,01		61,00	45,00	7,00	1,00
/	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
Итого за ЗАВТРАК - 61 руб.			490	14,00	13,76	97,39	0,30	3,00	0,08	1,48	238,75	287,00	52,00	6,00
ОБЕД - 106														
52/2011	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	100	5,66	7,00	3,60	0,04	2,66	0,12	1,28	36,18	93,20	13,27	1,52
85/2008	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/5/5	73	3,66	5,04	4,00	0,02	9,70	0,17	0,16	39,60	36,40	15,20	0,60
254/2008	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	100	266	11,20	24,40	0,40	0,02			0,40	36,00	162,00	20,00	2,00
335/2008	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	141	3,10	5,40	20,30	0,02	5,00	0,04	0,20	67,20	123,95	29,00	0,61
399/2008	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	141	0,50	0,10	31,50	0,02	12,00		0,10				
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
/	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ. 3,2% ЖИРНОСТИ	1/100	87	5,00	3,20	8,50	0,03	0,60	0,02		119,00	119,00	14,00	0,10
Итого за ОБЕД - 106 руб.			972	34,32	48,00	101,69	0,38	29,96	0,35	2,52	320,03	574,95	91,47	5,43
ОБЕД - 167														
43/2008	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	100	96	0,80	7,70	5,95	0,01	15,00	0,05	0,13	24,00	43,00	9,50	0,50
85/2008	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/5/5	173	4,66	4,90	14,00	0,02	9,70	0,17		138,00	127,20	23,60	1,50
254/2008	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	100	266	11,20	24,40	0,40	0,02			0,40	36,00	162,00	20,00	2,00
335/2008	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	169	3,70	6,48	34,40	0,17	6,30	0,05	0,24	56,40	135,60	24,80	1,32
411/2008	КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	113	0,10	0,10	27,90	0,01	28,60		0,10	5,00	8,00	2,00	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
338/2008	МАНДАРИН	80	30	0,60		6,00		30,40		0,20	128,00	113,60	8,80	0,10
Итого за ОБЕД - 167 руб.			1 033	27,16	46,34	127,29	0,37	90,00	0,27	1,07	403,44	659,38	100,18	6,62

АО "КСП "Волна"
Ст.158 Школа № 268

АКЦИОНЕРНОЕ ОБЩЕСТВО
"КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ
"ВОЛНА"
СТОЛОВАЯ № 158
Для документов

МЕНЮ

01.12.2020

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	
ЗАВТРАК - 61															
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	
215/2008	ОМЛЕТ С СЫРОМ, С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	324	17,30	20,02	27,52	0,09		0,37	4,50	270,00	321,25	23,75	0,75	
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	
Итого за ЗАВТРАК - 61 руб.			590	19,80	22,15	67,71	0,24	0,48	0,40	5,28	302,55	342,45	34,15	2,25	
ОБЕД - 106															
50/2008	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	110	4,80	6,06	9,12	0,02	4,20	0,02	2,88	28,80	33,60	16,80	1,14	
95/2008	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200/5	142	1,50	3,40	8,90		0,40	0,20	0,14	15,20	140,00	18,10	0,90	
к/к317/2008	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР С ОМЛЕТОМ И ОВОЩАМИ	80	169	12,69	9,60	27,80	0,07	2,50	0,26	0,34	142,72	196,00	19,00	0,06	
350/2008	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	119	3,50	6,70	11,50	0,08	11,00	0,25	0,39	44,00	44,00	26,00	1,10	
442/2008	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	92	1,00	0,20	19,17	0,02	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	
Итого за ОБЕД - 106 руб.			796	28,69	28,82	109,88	0,42	22,10	0,73	4,13	266,77	468,00	87,90	6,60	
ОБЕД - 167															
48/2008	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	100	224	4,70	19,50	7,00	0,02	6,00	0,05	6,70	168,00	111,00	24,00	1,70	
95/2008	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250/5	142	2,50	4,40	8,90		0,40	0,20	1,60	55,20	140,00	18,10	0,90	
317/2008	ЗРАЗЫ ИЗ КУР С ОМЛЕТОМ И ОВОЩАМИ	100	212	15,80	12,00	34,75	0,17	3,10	0,30	1,40	178,40	245,00	23,70	0,07	
351/2008	РАГУ ОВОЩНОЕ	180	143	4,20	8,04	13,80	0,57	9,00	0,80	0,70	44,00	84,00	24,00	1,00	
442/2008	СОК ВИШНЕВЫЙ	200	92	1,00	0,20	19,17		4,00		0,20	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 НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	94	2,90	1,06	18,24	0,04				7,74	29,58	11,48	0,70	
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	
Итого за ОБЕД - 167 руб.			1 043	34,70	47,30	132,06	0,93	23,50	1,38	10,80	491,64	674,98	118,28	9,47	

Зам. директора

Александр

Зав. производством

Калькулятор

Р