



Согласовано  
Директор

Дата: 7 2024



Утверждаю:  
ООО "Комбинат питания"  
М.И. Федотова  
Дата: 12 11 2024

Меню  
12 ноября 2024

День: вторник  
Неделя: 1 неделя  
Сезон:  
Возрастная группа: 12 лет и старше

Завтрак																					
№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг					Минеральные в-ва, мг								
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
724	Какао с молоком М. 382	200.00	10.53	3.97	3.42	26.08	143.00	0.04	0.16	1.30	0.02	0.01	0.05	125.12	116.20	31.00	0.96	206.38	9.00	2.00	0.03
928	Каши молочная из овсяных хлопьев с маслом 250 (250/10)	260.00	23.15	9.64	14.82	39.92	329.18	0.22	0.20	1.61	0.06	0.96	0.21	177.49	288.80	86.15	2.07	182.54	13.54	18.19	0.02
605	Бутерброд с повидлом	55.00	12.76	2.40	4.38	27.66	159.80	0.04	0.01	0.10	0.02	0.08	0.08	10.00	22.80	5.60	0.60	0.75	0.96	1.85	0.00
589	Хлеб пшеничный	40.00	3.38	3.04	0.32	19.44	95.20	0.04	0.01	0.00	0.00	0.04	0.00	8.00	26.00	5.00	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00
Обед																					
№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг					Минеральные в-ва, мг								
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
618	Тефтели рубленые с соусом 60/50	110.00	34.29	7.92	5.48	11.03	116.45	0.01	0.01	1.34	0.03	0.14	0.00	11.06	12.52	3.43	0.16	31.08	1.18	0.28	0.00
704	Каша гречневая рассыпчатая 302	180.00	12.51	10.50	7.83	51.54	325.16	0.26	0.14	0.00	0.03	0.74	0.09	18.06	248.92	165.92	5.57	322.42	2.79	4.89	0.02
736	Чай с лимоном М. 377	200.00	2.83	0.16	0.03	15.20	59.18	0.00	0.00	2.80	0.00	0.01	0.00	2.80	1.54	0.84	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00
851	Хлеб Дарницкий	60.00	3.88	4.08	0.78	24.42	147.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.30	28.20	8.46	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
550	Хлеб пшеничный	20.00	1.68	1.52	0.16	9.72	47.60	0.02	0.01	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	13.00	2.80	0.22	0.00	0.64	1.20	0.00
430	Салат из моркови с яблоками М. 59	100.00	5.53	1.07	0.17	9.30	50.68	0.05	0.06	4.75	1.50	0.40	0.00	22.75	43.25	29.00	0.77	69.50	4.25	0.15	0.04
702	Борщ с капустой с картофелем со сметаной 250/5	255.00	14.27	5.02	8.93	14.37	136.91	0.06	0.05	12.35	0.27	2.50	0.00	45.01	58.06	28.33	1.24	194.00	5.87	0.51	0.01

Согласовано:  
Директор

Дата: \_\_\_\_\_ 2024



Утверждаю:

Директор ООО 'Комбинат питания'  
М.И. Федотова  
Дата: 04.11.2024

Меню  
13 ноября 2024г

День: среда

Неделя: 1 неделя

Сезон:

Возрастная группа: 12 лет и старше

Завтрак

№ рецеп.	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг					Минеральные в-ва, мг									
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F		
																					К	Na
669	Хлеб пшеничный	30.00	2.52	2.28	0.24	14.58	71.40	0.03	0.01	0.00	0.00	0.03	0.00	8.00	19.50	4.20	0.33	0.00	0.96	1.80	0.00	
690	Яблоки свежие	100.00	8.76	0.40	0.40	9.80	52.00	0.03	0.02	4.00	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.00	0.00
733	Бутерброд с маслом сливочным М 1	40.00	13.80	2.36	8.49	14.66	148.20	0.03	0.02	0.00	0.04	0.13	0.15	8.40	22.50	4.20	0.35	1.50	0.96	1.90	0.00	
949	Запеканка из творога со стущ. молоком М 223 160/20	170.00	68.84	25.40	19.83	35.33	425.95	0.09	0.44	0.55	0.11	0.68	0.16	297.44	389.53	39.44	0.94	202.44	12.87	44.40	0.04	
735	Чай с лимоном М 377	200.00	2.63	0.16	0.03	15.20	59.16	0.00	0.00	2.80	0.00	0.01	0.00	2.80	1.54	0.84	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00	

Обед

№ рецеп.	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг					Минеральные в-ва, мг								
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
																					К
651	Хлеб Дарницкий	40.00	2.66	2.72	0.52	16.28	98.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	18.80	5.64	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
560	Хлеб пшеничный	20.00	1.68	1.52	0.16	9.72	47.60	0.02	0.01	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	13.00	2.80	0.22	0.00	0.64	1.20	0.00
732	Котлеты рыбные с соусом 50/50 М 234	100.00	21.79	7.66	5.91	11.85	137.08	0.08	0.04	0.01	0.04	2.57	0.01	45.00	102.83	8.77	0.42	50.08	2.64	1.08	0.00
25	Винегрет овощной (67)	100.00	10.47	1.54	10.11	6.88	129.88	0.05	0.04	12.95	0.22	4.54	0.00	25.65	41.08	18.53	0.77	111.15	3.05	0.27	0.00
478	Суп картофельный с макаронными изделиями М 103	250.00	11.83	7.22	5.93	20.91	163.84	0.11	0.08	21.60	0.32	1.48	0.00	27.46	68.25	28.30	1.08	386.55	4.91	0.37	0.02
706	Пюре картофельное 200гр_312	200.00	23.09	5.88	10.94	26.34	238.11	0.19	0.15	6.92	0.23	0.29	0.19	50.38	110.31	37.00	1.32	772.35	11.25	1.40	0.01
707	Комлот из изюма_348	200.00	7.07	0.36	0.00	28.08	108.83	0.03	0.02	0.00	0.00	0.10	0.00	15.87	25.59	8.33	0.60	164.67	0.00	0.12	0.05

Согласовано:  
Директор

Дата: 14.11.2024



Утверждаю:  
Директор ООО "Комбинат питания"  
М.И. Федотова  
Дата: 14.11.2024

Меню  
14 ноября 2024г

День: четверг  
Неделя: 1 неделя  
Сезон:  
Возрастная группа: 12 лет и старше

Завтрак

№ рецеп.	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
588	Хлеб пшеничный	40.00	3.36	3.04	0.32	19.44	95.20	0.04	0.01	0.00	0.00	0.04	0.00	8.00	26.00	5.60	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00
392	Бутерброд с сыром	50.00	20.50	6.70	7.95	14.62	163.80	0.04	0.06	0.10	0.08	0.16	0.22	139.20	96.00	9.45	0.49	13.95	0.96	4.03	0.00
885	Каша из риса и пшена с маслом 250/10 М 175	260.00	23.70	7.59	12.45	40.84	303.30	0.12	0.17	1.63	0.08	0.24	0.21	158.37	192.64	44.64	0.93	241.94	12.52	5.79	0.02
900	Кисель из повидла	200.00	8.66	0.07	0.00	26.92	109.81	0.00	0.00	0.08	0.00	0.00	0.00	5.05	5.38	1.28	0.21	70.07	0.00	0.08	0.00

Обед

№ рецеп.	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
615	Биточки "Сочные" с томатным соусом 50/50	100.00	33.62	12.39	5.95	9.07	210.93	0.01	0.01	1.34	0.03	0.14	0.00	11.08	12.52	3.43	0.16	31.08	1.18	0.28	0.00
874	Рис отварной 200 гр М 304	200.00	18.43	4.91	8.14	47.83	268.70	0.03	0.03	0.00	0.04	0.38	0.14	3.48	82.62	26.58	0.69	56.79	1.01	10.96	0.00
735	Чай с лимонном М 377	200.00	2.83	0.16	0.03	15.20	59.19	0.00	0.00	2.80	0.00	0.01	0.00	2.80	1.54	0.84	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.58	2.72	0.52	16.28	98.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	18.80	5.64	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
589	Хлеб пшеничный	20.00	1.68	1.52	0.16	9.72	47.60	0.02	0.01	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	13.00	2.80	0.22	0.00	0.64	1.20	0.00
429	Салат из свежих овощей отварной М 52	100.00	4.49	1.35	6.08	7.87	91.05	0.02	0.04	9.50	0.00	2.73	0.00	35.16	40.85	20.90	1.33	0.00	6.65	0.88	0.00
711	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 250/5	255.00	12.49	4.85	8.94	8.26	122.72	0.06	0.05	21.86	0.25	2.37	0.00	38.64	50.06	21.86	0.78	302.70	4.25	0.35	0.01





Согласовано  
Директор

Дата: 202



Утверждаю:  
ООО "Комбинат питания"  
М.И. Федотова  
Дата: 19.11.2024

Меню  
19 ноября 2024

День: вторник  
Неделя: 2 неделя  
Сезон:  
Возрастная группа: 12 лет и старше

Завтрак																					
№ рецеп.	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг					Минеральные в-ва, мг								
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
608	Бутерброд с повидлом	65.00	12.76	2.40	4.36	27.68	159.80	0.04	0.01	0.10	0.02	0.06	0.08	10.00	22.80	5.60	0.60	0.75	0.96	1.85	0.00
568	Хлеб пшеничный	60.00	4.20	3.80	0.40	24.30	119.00	0.05	0.01	0.00	0.00	0.05	0.00	10.00	32.50	7.00	0.55	0.00	1.60	3.00	0.00
909	Яблоко свежее	100.00	8.76	0.40	0.40	9.80	52.00	0.03	0.02	4.00	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
948	Запеканка из творога со сметаной М. 223 180/20	200.00	79.90	30.00	26.12	30.20	491.61	0.10	0.48	0.48	0.16	0.95	0.29	303.72	412.77	41.31	1.23	292.71	17.28	55.01	0.05
728	Чай с сахаром М. 376	200.00	1.29	0.10	0.03	14.99	56.85	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Обед																					
№ рецеп.	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг					Минеральные в-ва, мг								
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
979	Котлеты рубленые из филе птицы со сметанным соусом с томатом соусом 50/50	100.00	27.32	9.92	12.16	11.89	180.74	0.01	0.01	0.67	0.03	1.46	0.00	10.19	8.66	3.67	0.16	31.08	1.18	0.28	0.00
874	Рис отварной 200 гр М. 304	200.00	18.43	4.91	8.14	47.83	268.70	0.03	0.03	0.00	0.04	0.38	0.14	3.48	82.62	25.56	0.69	58.79	1.01	10.96	0.00
730	Компот из смеси сухофруктов М. 349	200.00	4.76	0.67	0.00	32.21	126.05	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
861	Хлеб Дарницкий	40.00	2.58	2.72	0.52	18.28	98.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	18.80	5.64	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
509	Хлеб пшеничный	20.00	1.68	1.52	0.16	9.72	47.60	0.02	0.01	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	13.00	2.80	0.22	0.00	0.64	1.20	0.00
719	Салат из белокочанной капусты М. 45	100.00	3.97	1.48	6.08	8.98	86.07	0.03	0.04	36.01	0.21	2.32	0.00	40.57	29.96	16.42	0.54	239.70	2.87	0.25	0.01
458	Суп крестьянский с крутой М. 98	250.00	11.33	5.90	8.14	14.28	138.37	0.05	0.04	18.00	0.23	2.36	0.00	23.50	50.10	20.75	0.85	218.55	3.09	1.76	0.01

Согласовано  
Директор

Дата: 2024



Утверждаю:  
ООО «Комбинат питания»  
М.Н. Федотова  
Дата: 20.11.2024

## Меню до ноября 2024г

День: среда  
Неделя: 2 неделя  
Сезон:  
Возрастная группа: 12 лет и старше

		Завтрак							Минеральные в-ва, мг																			
№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг														
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F								
905	Яблоки свежие	100.00	8.76	0.40	0.40	9.80	52.00	0.03	0.02	4.00	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
569	Хлеб пшеничный	40.00	3.35	3.04	0.32	19.44	95.20	0.04	0.01	0.00	0.00	0.04	0.00	0.00	6.00	26.00	5.60	0.44	0.00	1.28	2.40	0.00						
392	Бутерброд с сыром	50.00	20.50	6.70	7.95	14.62	163.80	0.04	0.06	0.10	0.05	0.16	0.22	139.20	96.00	9.45	0.49	13.95	0.98	4.03	0.00							
717	Каша молочная пшеничная с маслом 200/10 М. 173	210.00	21.40	6.74	12.49	43.87	322.26	0.19	0.15	1.30	0.06	0.25	0.20	134.54	207.40	54.94	1.46	245.00	11.25	3.45	0.02							
597	Чай с фруктовым соком	200.00	7.19	0.54	0.10	6.58	33.00	0.00	0.00	1.39	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00

  

		Обед							Минеральные в-ва, мг																				
№ рецепта	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг															
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F									
706	Гюре картофельное 200гр 312	200.00	23.09	5.98	10.94	26.34	238.11	0.19	0.15	6.92	0.23	0.29	0.19	50.38	110.31	37.00	1.32	772.35	11.25	1.40	0.01								
736	Чай с лимоном М. 377	200.00	2.83	0.16	0.03	15.20	59.16	0.00	0.00	2.80	0.00	0.01	0.00	2.80	1.54	0.84	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00								
651	Хлеб Дарницкий	40.00	2.58	2.72	0.52	16.28	96.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	18.80	5.64	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
569	Хлеб пшеничный	20.00	1.68	1.52	0.16	9.72	47.60	0.02	0.01	0.00	0.00	0.02	0.80	4.00	13.00	2.80	0.22	0.00	0.84	1.20	0.00								
476	Суп картофельный с макаронными изделиями М. 103	250.00	11.63	7.22	5.93	20.91	153.84	0.11	0.06	21.80	0.32	1.46	0.00	27.45	88.25	28.30	1.08	386.55	4.91	0.37	0.02								
25	Виноград овощной (67)	100.00	10.47	1.54	10.11	6.86	129.88	0.05	0.04	12.95	0.22	4.54	0.00	25.65	41.08	18.53	0.77	111.15	3.05	0.27	0.00								
732	Котлеты рыбные с соусом 50/50 М. 234	100.00	21.79	7.60	5.91	11.85	137.08	0.06	0.04	0.61	0.04	2.57	0.01	45.00	102.83	8.77	0.42	50.06	2.64	1.08	0.00								



Согласовано  
Директор

Дата            202  



Утверждаю:  
Директор ООО "Комбинат питания"  
М.И. Федотова  
Дата 21.11.2024

Меню  
21 ноября 2024

День четверг  
Неделя 2 неделя  
Сезон  
Возрастная группа: 12 лет и старше

№ рец.	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
724	Какао с молоком М 392	200.00	10.53	3.97	3.42	29.09	143.00	0.04	0.16	1.30	0.02	0.01	0.05	125.12	116.20	31.00	0.98	206.35	9.00	2.00	0.03
569	Хлеб пшеничный	50.00	4.20	3.80	0.40	24.30	119.00	0.05	0.01	0.00	0.00	0.05	0.00	10.00	32.50	7.00	0.55	0.00	1.60	3.00	0.00
999	Яблоки свежие	100.00	8.76	0.40	0.40	9.60	52.00	0.03	0.02	4.00	0.01	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
870	Макаронь отварные М 369 200 гр	200.00	11.86	8.03	6.52	43.61	288.43	0.07	0.03	0.00	0.03	1.12	0.10	5.54	62.04	9.30	1.09	93.45	1.05	0.07	0.00
609	Бутерброд с пшеницом	55.00	12.76	2.40	4.36	27.68	159.80	0.04	0.01	0.10	0.02	0.08	0.08	10.00	22.80	5.60	0.60	0.75	0.96	1.85	0.00
<b>Обед</b>																					
№ рец.	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
707	Компот из яблок 34Б	200.00	7.07	0.36	0.00	28.06	108.83	0.03	0.02	0.00	0.00	0.10	0.00	15.87	25.59	8.33	0.80	164.67	0.00	0.12	0.05
851	Хлеб Дарницкий	40.00	2.58	2.72	0.52	16.26	98.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.20	18.80	5.64	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
569	Хлеб пшеничный	20.00	1.68	1.52	0.16	9.72	47.60	0.02	0.01	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	13.00	2.80	0.22	0.00	0.64	1.20	0.00
703	Борщ с капустой с картофелем со сметаной 250/6	255.00	14.27	6.02	8.93	14.37	136.91	0.06	0.05	12.35	0.27	2.50	0.00	45.01	58.08	28.33	1.24	194.00	5.87	0.51	0.01
960	Плов из птицы 210гр	200.00	40.14	15.31	22.83	2.69	378.70	0.01	0.01	3.78	0.24	4.96	0.00	11.55	16.91	8.51	0.32	16.06	0.63	0.07	0.01
739	Салат из белокочанной капусты М 45	100.00	3.97	1.48	5.08	8.96	88.07	0.03	0.04	36.01	0.21	2.32	0.00	40.57	28.96	16.42	0.54	236.70	2.87	0.25	0.01

