

СОГЛАСОВАНО: Директор

*Врио директора  
Исх. № 100/2016*

МАУ «КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ»

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор  
/Рубцова Оксана Олеговна/

МЕНЮ  
ДАТА 16.09.26

Дети 12 лет и старше

| Наименование                             | Вес<br>блюда<br>(гр) | Цена,<br>(РУБ) | ККал | Белки | Жиры  | Углеводы | Витамины |       |        |      |
|------------------------------------------|----------------------|----------------|------|-------|-------|----------|----------|-------|--------|------|
|                                          |                      |                |      |       |       |          | В1       | А     | С      | Е    |
| Завтрак                                  |                      |                |      |       |       |          |          |       |        |      |
| Сыр (порциями)                           | 30                   | 26,56          | 115  | 7,38  | 9,48  |          | 0,02     | 0,08  | 0,18   | 0,18 |
| Сырники из творога                       | 100                  | 38,5           | 291  | 17,16 | 19,82 | 11,11    | 0,05     | 0,09  | 0,24   | 2,69 |
| Молоко сгущенное                         | 20                   | 7,89           | 329  | 7,20  | 8,50  | 56,00    | 0,06     |       | 1,00   | 0,20 |
| Какао с молоком                          | 200                  | 9,12           | 119  | 4,08  | 3,54  | 17,58    | 0,06     | 0,02  | 1,59   |      |
| Хлеб пшеничный                           | 50                   | 3,58           | 196  | 8,50  | 1,60  | 37,00    | 0,27     |       |        | 1,30 |
| Яблоки                                   | 100                  | 14             | 44   | 0,40  | 0,40  | 9,80     | 0,03     |       | 165,00 | 0,20 |
| Итого -                                  | 500                  | 99,65          | 1094 | 44,72 | 43,34 | 120,38   | 0,49     | 0,19  | 168,01 | 4,57 |
| Обед                                     |                      |                |      |       |       |          |          |       |        |      |
| Салат из свеклы отварной                 | 100                  | 4,98           | 77   | 1,33  | 4,50  | 7,67     | 0,02     | 1,13  | 3,80   |      |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 250                  | 5,61           | 118  | 2,69  | 2,84  | 17,46    | 0,11     |       | 8,25   | 1,43 |
| Котлеты рыбные (треска) с соусом         | 90                   | 28,96          | 87   | 16,68 | 0,65  | 3,81     | 0,11     | 0,01  | 2,56   | 1,03 |
| Картофельное пюре                        | 200                  | 15,82          | 194  | 4,10  | 8,10  | 26,40    | 0,16     | 42,80 | 13,60  |      |
| Компот из свежих плодов (яблоки)         | 200                  | 8,74           | 115  | 0,16  | 0,16  | 27,88    | 0,01     |       | 0,90   | 0,08 |
| Хлеб ржано-пшеничный                     | 60                   | 4,3            | 193  | 7,70  | 1,40  | 37,40    | 0,20     |       |        | 2,30 |
| Итого -                                  | 900                  | 68,41          | 784  | 32,66 | 17,65 | 120,62   | 0,61     | 43,94 | 29,11  | 4,84 |
| Итого за день                            | 1400                 | 168,06         | 1878 | 77,38 | 60,99 | 241      | 1,1      | 44,13 | 197,12 | 9,41 |

Составитель Директор

/Рубцова О.О.