

«Согласовано»

Директор

Сидорова



«Утверждено»

Директор ООО «Комбинат питания»

Мундашева Н.А./



№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энергет ическая ценность ккал
Обед (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Овощи по сезону (огурец)	60	0,5	0,1	1,5	9
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	5,1	2,8	18,5	120
3	Котлеты куриные с соусом	100/20	11,2	11,9	17,5	222
4	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,1	8,3	36,0	239
5	Чай каркаде с сахаром	200	0,2	0,1	7,2	30
6	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	15,0	70
7	Хлеб ржано- пшеничный	40	2,5	0,5	17,4	88
	Итого:	800	27,0	24,0	113,1	777
	Стоимость рациона, руб.:	124,32				
Обед (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Овощи по сезону (огурец)	100	0,8	0,2	2,5	14
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6,5	3,5	23,1	140
3	Котлеты куриные с соусом	100/20	11,2	11,9	17,5	221
4	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,1	10,0	43,2	287
5	Чай каркаде с сахаром	200	0,2	0,1	7,2	30
6	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,3	94
7	Хлеб ржано- пшеничный	40	2,5	0,5	17,4	88
	Итого:	930	30,3	26,5	130,3	874
	Стоимость рациона, руб.:	124,32				

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____

«Согласовано»

Директор

Сидорова



МЕНЮ на « 11 » *ноября* 2025 г.

«Утверждено»

Директор ООО «Комбинат питания»

Мундашова Н.А./



№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энергет ическая ценность ккал
Обед (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Овощи по сезону (помидор свежий, соленый)	60	0,7	0,1	2,3	13
2	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	2,8	5,3	7,2	88
3	Гуляш из отварного мяса	100	11,9	14,4	7,9	209
4	Макаронные изделия отварные	150	5,4	4,9	32,8	197
5	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	19,8	81
6	Хлеб пшеничный	50	3,2	0,4	20,0	93
7	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,9	0,3	13,1	66
	Итого:	790	26,4	25,4	102,6	748
	Стоимость рациона, руб:	124,32				
Обед (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Овощи по сезону (помидор свежий, соленый)	100	1,1	0,2	3,8	21
2	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/10	3,5	6,3	9,0	107
3	Гуляш из отварного мяса	100	11,9	14,4	7,9	209
4	Макаронные изделия отварные	180	6,5	5,9	39,4	236
5	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	19,8	81
6	Хлеб пшеничный	50	3,2	0,4	20,0	93
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,5	0,5	17,4	88
	Итого:	930	30,1	27,7	121,6	860
	Стоимость рациона, руб.:	124,32				

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____

«Согласовано»

Директор

Сидорова



«Утверждаю»

Директор ООО «Комбинат питания»

Мундашева Н.А./



№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энергет ическая ценность ккал
Обед (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Икра кабачковая (порциями)	60	1,6	2,8	8,7	67
2	Суп картофельный с крупой (пшено)	200	1,6	4,1	9,7	83
3	Котлеты мясopaуcтные	100	9,3	6,1	5,9	116
4	Каша рисовая рассыпчатая	150	3,7	4,8	36,5	204
5	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	10,6	44
6	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,5	95
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,5	0,5	17,4	88
	Итого:	790	22,2	18,8	108,3	695
	Стоимость рациона, руб.:	124,32				
Обед (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Икра кабачковая (порциями)	100	2,7	4,7	14,5	111
2	Суп картофельный с крупой (пшено)	250	2,0	5,2	12,1	94
3	Котлеты мясopaуcтные	100	9,3	6,1	5,9	116
4	Каша рисовая рассыпчатая	180	4,4	5,9	43,8	244
5	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	10,6	44
	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,5	24,4	118
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,5	0,5	17,4	88
	Итого:	920	25,2	22,9	128,8	815
	Стоимость рациона, руб.:	124,32				

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____

«Согласовано»

Директор

Сидорова



МЕНЮ на «13» августа 2025 г.

«Утверждено»

Директор ООО «Комбинат питания»

Мундашева Н.А.



№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энергет ическая ценность ккал
Обед (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Консервы закусочные (зеленый горошек)	60	1,7	0,1	3,5	22
2	Суп овощной со сметаной	200/10	2,7	7,3	10,4	118
3	Жаркое по -домашнему с птицей	200	16,3	15,0	38,9	356
4	Сок фруктовый	180	0,9	0,2	17,7	80
5	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,5	95
6	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,5	0,5	17,4	88
	Итого:	730	27,4	23,5	107,5	759
	Стоимость рациона, руб.:	124,32				
Обед (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Консервы закусочные (зеленый горошек)	100	2,8	0,2	5,8	37
2	Суп овощной со сметаной	250/10	3,3	9,1	13,0	148
3	Жаркое по -домашнему с птицей	250	20,4	18,8	48,6	445
4	Сок фруктовый	180	0,9	0,2	17,7	80
5	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,5	24,4	118
6	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,5	0,5	17,4	88
	Итого:	880	34,0	29,2	127,0	916
	Стоимость рациона, руб.:	124,32				

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____

«Согласовано»

Директор

Сидорова



МЕНЮ

на «14»

«Утверждено»

Директор ООО «Комбинат питания»

Мундашева Н.А./



№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энергет ическая ценность ккал
Обед (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Капуста квашеная	60	1,0	3,0	5,1	51
2	Рассольник ленинградский (перловка)	200	1,9	5,1	13,2	107
3	Фрикадельки с соусом	100/20	12,3	13,1	2,3	176
4	Макаронные изделия отварные	150	5,4	4,9	32,8	197
5	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	19,8	81
6	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,5	95
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,5	0,5	17,4	88
	Итого:	810	26,9	27,0	110,1	794
	Стоимость рациона, руб:	124,32				
Обед (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Капуста квашеная	100	1,7	5,0	8,5	86
2	Рассольник ленинградский (перловка)	250	2,4	6,2	16,5	133
3	Фрикадельки с соусом	100/20	12,3	13,1	2,3	176
4	Макаронные изделия отварные	180	6,5	5,9	39,4	236
5	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	19,8	81
6	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,5	24,4	118
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,5	0,5	17,4	88
	Итого:	940	30,0	31,2	128,2	918
	Стоимость рациона, руб:	124,32				

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____

«Согласовано»

Директор

Сидорова



Сидорова

«Утверждено»

Директор ООО «Комбинат питания»

Мундашева Н.А./



МЕНЮ на «14» октября 2025 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энергет ическая ценность ккал
Обед (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Свекла отварная с маслом растительным	60	0,9	3,6	5,0	56
2	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	3,4	4,6	12,8	106
3	Рагу с птицей	200	14,4	15,4	30,7	319
4	Чай каркаде с сахаром	200	0,2	0,1	7,2	30
5	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,5	95
6	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,5	0,5	17,4	88
	Итого:	740	24,6	24,5	92,6	693
	Стоимость рациона, руб.:	124,32				
Обед (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Свекла отварная с маслом растительным	100	1,5	6,0	8,3	93
2	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	4,2	5,8	16,1	133
3	Рагу с птицей	250	17,9	19,2	38,3	398
4	Чай каркаде с сахаром	200	0,2	0,1	7,2	30
5	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,5	24,4	118
6	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,5	0,5	17,4	88
	Итого:	890	30,4	32,0	111,6	860
	Стоимость рациона, руб.:	124,32				

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____

«Согласовано»

Директор

Сидорова



«Утверждаю»

Директор ООО «Комбинат питания»

Мундашева Н.А./



№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энергет ическая ценность ккал
Обед (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Овощи по сезону (помидор свежий, соленый)	60	0,7	0,1	2,3	13
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	5,1	2,8	18,5	120
3	Плов из птицы	200	18,5	22,2	28,7	391
4	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	10,6	44
5	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,5	95
6	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,5	0,5	17,4	88
	Итого:	740	30,3	26,3	97,0	750
	Стоимость рациона, руб.:	124,32				
Обед (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Овощи по сезону (помидор свежий, соленый)	100	1,1	0,2	3,8	21
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6,5	3,5	23,1	140
3	Плов из птицы	200	18,5	22,2	28,7	391
4	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	10,6	44
5	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,5	24,4	118
6	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,5	0,5	17,4	88
	Итого:	840	32,9	27,2	108,0	802
	Стоимость рациона, руб.:	124,32				

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____

«Согласовано»

Директор

Сидорова С.Г.



«Утверждаю»

Директор ООО «Комбинат питания»

Мундасьева Н.А.



МЕНЮ на «19» ноября 2025 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	Энергетическая ценность ккал
Обед (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Икра кабачковая (порциями)	60	1,6	2,8	8,7	67
2	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	2,8	5,3	7,2	88
3	Рыба тушеная с овощами	100	10,1	9,4	16,0	188
4	Картофель в молоке	150	4,5	5,6	26,6	174
5	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	19,8	81
6	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,5	95
7	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,9	0,3	13,1	66
	Итого:	790	24,7	23,8	110,9	759
	Стоимость рациона, руб.:	124,32				
Обед (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Икра кабачковая (порциями)	100	2,7	4,7	14,5	111
2	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/10	3,5	6,3	9,0	107
3	Рыба тушеная с овощами	100	10,1	9,4	16,0	188
4	Картофель в молоке	180	5,4	6,7	31,9	208
5	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	19,8	81
6	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,5	24,4	118
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,5	0,5	17,4	88
	Итого:	930	28,8	28,0	133,0	901
	Стоимость рациона, руб.:	124,32				

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____

«Согласовано»

Директор

Сидорова



«Утверждаю»

Директор ООО «Комбинат питания»

Мундашева Н.А./



№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энергет ическая ценность ккал
Обед (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Капуста квашеная с маслом растительным	60	1,0	3,0	5,1	51
2	Рассольник ленинградский (перловка)	200	1,9	5,1	13,2	107
3	Котлеты куриные с соусом	100/20	11,2	11,9	17,5	222
4	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,1	8,3	36,0	239
5	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	10,6	44
6	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,5	95
7	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,9	0,3	13,1	66
	Итого:	800	24,5	29,2	115,0	823
	Стоимость рациона, руб.:	124,32				
Обед (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Капуста квашеная с маслом растительным	100	1,7	5,0	8,5	86
2	Рассольник ленинградский (перловка)	250	2,4	6,2	16,5	133
3	Котлеты куриные с соусом	100/20	11,2	11,9	17,5	222
4	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,1	10,0	43,2	287
5	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	10,6	44
6	Хлеб пшеничный	50	4,1	0,5	24,4	118
7	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,9	0,3	13,1	66
	Итого:	930	27,5	34,0	133,8	956
	Стоимость рациона, руб.:	124,32				

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____

«Согласовано»

Директор

Сидорова



«Утверждено»

Директор ООО «Комбинат питания»

Мундашева Н.А.



МЕНЮ на «10»

10.01.2025 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энергет ическая ценность ккал
Обед (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Горошек консервированный	60	1,7	0,1	3,5	22
2	Суп овощной со сметаной	200/10	2,7	7,3	10,4	118
3	Фрикадельки с соусом	100/20	12,3	13,1	2,3	176
4	Каша пшеничная рассыпчатая	150	8,1	6,8	40,1	254
5	Чай каркаде с сахаром	200	0,2	0,1	7,2	30
6	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	15,0	70
7	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,9	0,3	13,1	66
	Итого:	800	29,2	28,1	91,5	736
	Стоимость рациона, руб.:	124,32				
Обед (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Горошек консервированный	100	2,8	0,2	5,8	37
2	Суп овощной со сметаной	250/10	3,3	9,1	13,0	148
3	Фрикадельки с соусом	100/20	12,3	13,1	2,3	176
4	Каша пшеничная рассыпчатая	180	9,7	8,2	48,1	305
5	Чай каркаде с сахаром	200	0,2	0,1	7,2	30
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,3	94
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,9	0,3	13,1	66
	Итого:	930	33,4	31,4	108,8	855
	Стоимость рациона, руб.:	124,32				

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____