Администрация
города Камышина

МУНИЦИПАЛЬНОЕ УНИТАРНОЕ ПРЕДПРИЯТИЕ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ

«КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ»

403874 Волгоградская область город Камышин, улица Терешковой дом 23, телефон 2-31-91

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МУПОП «Комбинат социального питания "
_____ Ч.И.САДЫХОВ
_____ 2019г.

СОГЛАСОВАНО :
Директор МБОУ СШ№1_____
Директор МБОУ СШ№4_____
Директор МБОУ СШ№5_____
Директор МБОУ СШ№6_____
Директор МБОУ СШ№7_____
Директор МБОУ СШ№8_____
Директор МБОУ СШ№9_____
Директор МБОУ СШ№10_____
Директор МБОУ СШ№11_____
Директор МБОУ СШ№12_____
Директор МБОУ СШ№14_____
Директор МБОУ СШ№15_____
Директор МБОУ СШ№16_____
Директор МБОУ СШ№17_____
Директор МБОУ СШ№18_____
Директор МБОУ СШ№19_____

ПРИМЕРНОЕ ТРИДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛ на 2019г.
45,00 руб. /осенне-зимнее с 1 сентября 2019г./

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МУПОП «Комбинат социального питания»
Н.И.САДЫХОВ
2019г.

с 1 сентября 2019г. осенне-зимнее меню/

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции	Масса порции	цена	пищевые вещества			ческая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		7-11 лет	с 11 лет и старше		белки	жиры	углевода		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	1 день															
сб/96	Ежики мясные с сыром	65/15гр.	65/15гр.	29,9	11,1	7,81	2,97	126	0,165	4,18	1980	0,28	4,784	5,804	12,65	5,55
сб/96г	Кукуруза консервированная	1/20гр.	1/20гр.	3,7	0,84	0,09	4,98	22	0,01	1,8	1	0,02	8	0,17	11,5	0,395
464/96	Каша пшенная вязкая	1/100гр.	1/100гр.	6	3,6	2,2	17,1	98,7	0,1	0	2	1,7	8,4	1,69	56,1	1,9
182/2000	Булочка Молочная	1/50 гр	1/50гр.	2,9	3,95	4,7	27,75	169	0,06	0,13	9,5	2	15,5	1,1	6,5	0,65
588/96	Компот из сухофруктов	1/200гр.	1/200гр.	2,5	0,6	0	29	111,2	0,06	0,4	200	0	25,2	0,49	19,4	0,6
	Итого			**45**	20,09	14,8	81,8	526,9	0,39	6,51	2193	4	61,9	9,25	106,2	9,095
	2 день															
393/97	Колбаса молочная отварная с соусом №528	110/30гр.	110/30гр.	31,7	19,78	17,94	0,23	240,4	0	33,4	0	0	33,4	0	0	1,955
469/96	Макароны отварные	1/100гр.	1/100гр.	3,2	3,6	0,4	20	98	0,04	0	0	0,5	7	0,9	6	0,6
сб./96	Свекла отварная	1/50г.	1/50гр.	2,2	0,84	0,09	4,98	22	0,01	1,8	1	0,02	8	0,17	11,5	0,395
182/2000	Булочка Молочная	1/50гр.	1/50гр.	2,9	3,95	4,7	27,75	169	0,06	0,13	9,5	2	15,5	1,1	6,5	0,65
585/96	Компот из свежих яблок	1/200гр.	1/200гр.	5	0,6	0	29	111,2	0,06	0,4	200	0	25,2	0,49	19,4	0,6
	Итого			**45**	28,77	23,13	81,96	640,6	0,17	35,7	211	2,52	89,1	2,66	43,4	4,2

Меню разработано на основании Сборника рецептур,блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996-1997 г. редакторЛапшина В.Т. И Сборника рецептур мучных кондитерских и булочных изделий 2000г.редактор Лапшина В.Т. Фонарева Г.С.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МУП ОП «Комбинат социального питания»
Ч.И.САДЫХОВ
2019г.

с 1 сентября 2019г. /осенне-зимнее меню/

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции	Масса порции	цена	пищевые вещества			ческая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		7-11 лет	с 11 лет и старше		белки	жиры	углевода		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	3-день															
310/96	Рыба жареная с соусом №528	100/50гр.	100/50гр.	29,3	14,11	9,605	9,01	176,6	0,17	10,29	59,5	2,55	25,33	4,55	29,75	0,85
472/96	Картофельное пюре	1/100гр.	1/100гр.	7,7	2,1	4,6	8,5	81,7	0,08	8,8	20	1,5	38,9	1,048	17	0,6
Сб.96	Икра кабачковая	1/20гр.	1/20гр.	2,6	0,84	0,09	4,98	22	0,01	1,8	1	0,02	8	0,165	11,5	0,395
182/2000	Булочка Молочная	1/50 гр	1/50 гр	2,9	3,95	4,7	27,75	169	0,055	0,13	9,5	2	15,5	1,1	6,5	0,65
588/96	Компот из сухофруктов	1/200гр	1/200гр	2,5	0,6	0	29	111,2	0,06	0,4	200	0	25,2	0,49	19,4	0,6
	Итого			**45**	21,6	19	79,24	560,5	0,375	21,42	290	6,07	112,9	7,353	84,15	3,095
	4 день															
423/96	Тефтели из говядины с соусом №528	70/50гр.	70/50гр.	33,8	21	25,32	14,28	365,4	0,084	1,56	0	0,84	20,28	8,526	32,76	3,24
463/96	Каша гречневая рассыпчат.	100гр.	100гр.	3,6	3,6	2,2	17,1	98,7	0,1	0	2	1,7	8,4	1,7	56,1	1,9
сб./96	Свекла отварная	1/50гр.	1/50гр.	2,2	0,84	0,09	4,98	22	0,01	1,8	1	0,02	8	0,165	11,5	0,395
182/2000	Булочка Молочная	1/50 гр	1/50 гр	2,9	3,95	4,7	27,75	169	0,055	0,13	9,5	2	15,5	1,1	6,5	0,65
588/96	Компот из сухофруктов	1/200гр.	1/200гр.	2,5	0,6	0	29	111,2	0,06	0,4	200	0	25,2	0,49	19,4	0,6
	Итого			**45**	29,99	32,31	93,11	766,3	0,309	3,89	213	4,56	19,12	11,981	126,3	6,785

Меню разработано на основании Сборника рецептур,блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996-1997 г. редакторЛапшина В.Т. И Сборника рецептур мучных кондитерских и булочных изделий 2000г.редактор Лапшина В.Т. Фонарева Г.С.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МУПОП «Комбинат социального питания "
Ч.И.САДЫХОВ
2019г.

с 1 сентября 2019г. /осенне-зимнее меню/

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции 7-11 лет	Масса порции с 11 лет и старше	цена	пищевые вещества			ческая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
					белки	жиры	углевода		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	5 день															
386/96	Печень жареная с маслом сливочным	60/10гр.	60/10гр.	32,8	12,54	56,1	5,17	114,4	0,176	7,7	5336	0,825	9,9	9,13	12,1	5,06
464/96	Рис отварной вязкий	1/100гр.	1/100гр.	2,5	5,7	6,1	22,9	163,6	0,03	0,1	90	1,5	6	2,546	19,5	1
сб./96	Свекла отварная	1/40гр.	1/40гр.	1,8	0,84	0,09	4,98	22	0,01	1,8	1	0,02	8	0,165	11,5	0,395
182/2000	Булочка Молочная	1/50 гр	1/50 гр	2,9	3,95	4,7	27,75	169	0,055	0,13	9,5	2	15,5	1,1	6,5	0,65
585/96	Компот из свежих яблок	1/200гр.	1/200гр.	5	0,6	0	29	111,2	0,06	0,4	200	0	25,2	0,49	19,4	0,6
	Итого			**45**	23,63	66,99	89,8	580,2	0,331	10,1	5637	4,345	64,6	13,43	69	7,705
	6 день															
416/96	Котлета из говядины с соусом №528	70/30гр.	70/30гр.	33,1	10,65	10,5	5,9	158,85	0,05	0,05	2,5	0,6	29,85	294,7	16,4	1,55
469/96	Макароны отварные	1/100гр.	1/100гр.	3,2	3,6	0,4	20	98	0,04	0	0	0,5	7	0,9	6	0,6
сб./96	Огурец соленый	1/50гр.	1/50гр.	3,3	0,83	0	0,833	6,5	0,01	2,3	2,5	0,05	11,5	0,1	7	0,3
182/200	Булочка Молочная	1/50 гр	1/50 гр	2,9	3,95	4,7	27,75	169	0,055	0,13	9,5	2	15,5	1,1	6,5	0,65
588/96	Компот из сухофруктов	1/200г.	1/200г.	2,5	0,6	0	29	111,2	0,06	0,4	200	0	25,2	0,49	19,4	0,6
	Итого			**45**	19,63	15,6	83,48	543,55	0,215	2,88	214,5	3,15	89,05	297,3	55,3	3,7

Меню разработано на основании Сборника рецептур,блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996-1997 г. редакторЛапшина В.Т. И Сборника рецептур мучных кондитерских и булочных изделий 2000г.редактор Лапшина В.Т. Фонарева Г.С.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУПОП «Комбинат
социального питания "
Ч.И.САДЫХОВ
2019г.

с 1 сентября 2019г /осенне-зимнее меню/

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции	Масса порции	цена	пищевые вещества			ская ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		7-11 лет	с 11 лет и старше		белки	жиры	углевода		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	7 день															
375/96	Бефстроганов из говядины	30/30гр.	30/30гр.	31,1	6,465	5,18	1,37	96,5	0,015	0,005	0	0	13,92	0	0	0,41
464/96	Каша пшеничная вязкая	1/100гр.	1/100гр.	3,4	3,6	2,2	17,1	98,7	0,1	0	2	1,7	8,4	1,69	56,1	1,9
182/2000	Булочка Молочная	1/50 гр	1/50 гр	2,9	3,95	4,7	27,75	169	0,055	0,13	9,5	2	15,5	1,1	6,5	0,65
сб.-96г.	Зеленый горошек консервированный	1/20гр	1/20гр	5,1	4,778	3,193	47,271	237,86	0,086	0,086	19,29	0	16,71	45,86	18,64	1,157
588/96	Компот из сухофруктов	1/200гр.	1/200гр.	2,5	0,6	0	29	111,2	0,06	0,4	200	0	25,2	0,49	19,4	0,6
	Итого			**45**	19,393	15,27	122,491	713,26	0,316	0,621	230,8	3,7	79,73	49,14	100,6	4,717
	8 день															
450/96	Окорочка жареные с соусом сметанным №553	95/20гр.	95/20гр.	35,4	25	4,9	40,9	219,27	0,204	15,95	1636	0,82	36,82	110	55,64	5,318
463/96	Каша гречневая рассыпчат.	100гр.	100гр.	3,6	3,6	2,2	17,1	98,7	0,1	0	2	1,7	8,4	1,7	56,1	1,9
сб./96	Огурец соленый	1/30гр.	1/30гр.	2	0,83	0	0,833	6,5	0,01	2,3	2,5	0,05	11,5	0,1	7	0,3
182/2000	Булочка Молочная	1/50гр.	1/50гр.	2,9	3,95	4,7	27,75	169	0,055	0,13	9,5	2	15,5	1,1	6,5	0,65
628/96	Чай с сахаром	1/200гр.	1/200гр.	1,1	0,4	0,1	21,6	83,4	0	0,18	0	0	9,2	0	7,8	1,6
	Итого			**45**	33,78	11,9	108,18	576,87	0,369	18,56	1650	4,57	81,42	113	133	9,768

Меню разработано на основании Сборника рецептур,блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996-1997 г. редакторЛапшина В.Т. И Сборника рецептур мучных кондитерских и булочных изделий 2000г.редактор Лапшина В.Т. Фонарева Г.С.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МУПОП «Комбинат социального питания "
Ч.И.САДЫХОВ
2019г.

с 1 сентября 2019г /осенне-зимнее меню/

рецептуры	Наименование блюд	Масса порции	Масса порции	цена	пищевые вещества			энергет.ценность ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		7-11 лет	с 11 лет и старше		белки	жиры	углевода		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	9 день															
403/96	Плов с говядиной	35/130гр	35/130гр	36,1	14,175	14,26	29,93	307,12	0,017	0,665	0	0	8,645	0	0	0,612
сб/96	Помидор свежий порц.	1/50гр.	1/50гр.	3,5	0,8	0,1	2,6	14	0	2,5	0	0	11,5	12	7	0,3
182/200	Булочка Молочная	1/50 гр	1/50 гр	2,9	3,95	4,7	27,75	169	0,055	0,13	9,5	2	15,5	1,1	6,5	0,65
588/96	Компот из сухофруктов	1/200гр.	1/200гр.	2,5	0,6	0	29	111,2	0,06	0,4	200	0	25,2	0,49	19,4	0,6
	Итого			**45**	19,525	19,062	89,275	601,324	0,132	3,695	209,5	2	60,845	13,59	32,9	2,162
	10 день															
416/96	Биточки из говядины с соусом №528	60/20гр.	60/20гр.	27,7	13,845	13,65	7,67	206,5	0,065	0,065	3,25	0,78	38,81	383,1	21,3	2,015
472/96	Картофельное пюре	1/100гр.	1/100гр.	7,7	2,1	4,6	8,5	81,7	0,08	8,8	20	1,5	38,9	1,048	17	0,6
сб-96г.	Морковь отварная	25г.	25г.	1,2	0,84	0,09	4,98	22	0,01	1,8	1	0,02	8	0,165	11,5	0,395
182/200	Булочка Молочная	1/50 гр	1/50 гр	2,9	3,95	4,7	27,75	169	0,055	0,13	9,5	2	15,5	1,1	6,5	0,65
762-97	Кофейный напиток с молоком	1/200гр.	1/200гр.	5,5	3,12	2,66	14,18	93,34	0,04	1,3	0	0	125,74	1,83	20	0,14
	Итого			**45**	23,855	25,7	63,08	572,54	0,25	12,095	33,8	4,3	226,9	387,2	76,3	3,8

Меню разработано на основании Сборника рецептур,блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996-1997 г. редакторЛапшина В.Т. И Сборника рецептур мучных кондитерских и булочных изделий 2000г.редактор Лапшина В.Т. Фонарева Г.С.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МУНОП «Комбинат социального питания"
_____ Ч.И. САДЫХОВ
"____" _____ 2019г.

с 1 сентября 2019г. /осенне-зимнее меню/

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции	Масса порции	цена	пищевые вещества			ская ценность ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		7-11 лет	с 11 лет и старше		белки	жиры	углевода		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	11-день															
сб./96	Медальон из куриной грудки со сметанным соусом №553	75/20гр.	75/20гр.	36,4	22,6	17	0	244	0,04	1,4	40	0,4	33	12,1	19	1,6
469/96	Макароны отварные	1/100гр.	1/100гр.	3,2	3,65	3,32	23,25	141	0,08	0	0,02	0	27,3	40,04	16,39	0,66
182/2000	Булочка Молочная	1/50 гр	1/50 гр	2,9	3,95	4,7	27,75	169	0,055	0,13	9,5	2	15,5	1,1	6,5	0,65
588/96	Компот из сухофруктов	1/200г.	1/200г.	2,5	0,6	0	29	111,2	0,06	0,4	200	0	25,2	0,49	19,4	0,6
	Итого			**45**	30,8	25,02	80	665,2	0,235	1,93	250	2,4	101	53,73	61,29	3,51
	12 день															
401/96	Гуляш из говядины	40/30гр.	40/30гр.	36,5	12,367	12,5	2,445	171,67	0,03	0,787	0,02	0	11	178,6	25,65	1,58
463/96	Каша гречневая рассыпчат.	100гр.	100гр.	3,6	3,6	2,2	17,1	98,7	0,1	0	2	1,7	8,4	1,7	56,1	1,9
сб./96	Свекла отварная	20г.	20г.	0,9	0,84	0,09	4,98	22	0,01	1,8	1	0	8	0,165	11,5	0,4
182/2000	Булочка Молочная	1/50гр.	1/50гр.	2,9	3,95	4,7	27,75	169	0,055	0,13	9,5	2	15,5	1,1	6,5	0,65
628/96	Чай с сахаром	1/200гр.	1/200гр.	1,1	0,4	0,1	21,6	83,4	0	0,18	0	0	9,2	0	7,8	1,6
	Итого			**45**	21,157	19,62	73,875	544,77	0,195	2,897	12,5	3,7	52,13	181,61	107,6	6,12
	13 день															
443/96	Рагу с окорочками	75/150гр.	75/150гр	32	13,845	8,19	12,675	180,18	0,129	14,16	256	1,1	44,2	6,144	38,01	2,14
сб/96	Зеленый горошек	1/30гр.	1/30гр.	7,6	0,83	0	0,833	6,5	0,01	2,3	2,5	0,1	11,5	0,1	7	0,3
182/2000	Булочка Молочная	1/50гр.	1/50гр.	2,9	3,95	4,7	27,75	169	0,055	0,13	9,5	2	15,5	1,1	6,5	0,65
588/96	Компот из сухофруктов	1/200гр.	1/200гр.	2,5	0,6	0	29	111,2	0,06	0,4	200	0	25,2	0,49	19,4	0,6
	Итого			45	19,225	12,89	70,258	466,88	0,254	16,987	468	3,1	96,41	7,834	70,91	3,69

Меню разработано на основании Сборника рецептур,блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996-1997 г. редакторЛапшина В.Т. И Сборника рецептур мучных кондитерских и булочных изделий 2000г.редактор Лапшина В.Т. Фонарева Г.С.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МУПОП «Комбинат социального питания "
Ч.И.САДЫХОВ
2019г.

с 1 сентября 2019г. /осенне-зимнее меню/

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции	Масса порции с 11 лет и старше	цена	пищевые вещества			ическая ценность ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		7-11 лет			белки	жиры	углевода		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	14-день															
324/96	Котлета рыбная с маслом сливочным	75/10гр.	75/10гр.	31,3	11,8	6,1	2,7	112,8	0,07	0,5	60	0,3	25,9	3,86	22,6	0,7
317/97	Гороховое пюре	1/100г.	1/100г.	2	0	0	0	0	0,34	0	0	0	56,3	0	0	3,31
Сб.96	Икра кабачковая	1/30гр.	1/30гр.	3,8	0,84	0,09	4,98	22	0,01	1,8	1	0,02	8	0,17	11,5	0,4
182/2000	Булочка Молочная	1/50 гр	1/50 гр	2,9	3,95	4,7	27,75	169	0,055	0,13	9,5	2	15,5	1,1	6,5	0,65
585/96	Компот из свежих яблок	1/200гр.	1/200гр.	5	0,6	0	29	111,2	0,06	0,4	200	0	25,2	0,49	19,4	0,6
	Итого			**45**	17,19	10,89	64,43	415	0,535	2,83	270,5	2,32	130,9	5,613	60	5,66
	15 день															
297/96	Запеканка из творога со сметанным соусом	125/20гр	125/20гр	42,5	10,9	8,84	50,18	311,5	0,078	4,55	260	1,17	87	2,33	25,61	1,56
588/96	Компот из сухофруктов	1/200гр.	1/200гр.	2,5	0,6	0	29	111,2	0,06	0,4	200	0	25,2	0,49	19,4	0,6
	Итого			**45**	11,5	8,84	79,18	422,7	0,138	4,95	460	1,17	112,2	2,822	45,01	2,16
	16 день															
сб/96	Куриная грудка тушеная с овощами в сметанно-томатном соусе №554	60/30гр.	60/30гр.	32,4	25	4,9	40,9	219,3	0,204	16	1636	0,82	36,8	110	55,64	5,32
472/96	Картофельное пюре	1/100гр.	1/100гр.	7,7	2,1	4,6	8,5	81,7	0,08	8,8	20	1,5	38,9	1,05	17	0,6
сб./96	Свекла отварная	1/20рг.	1/20рг.	0,9	0,84	0,09	4,98	22	0,01	1,8	1	0,02	8	0,17	11,5	0,4
182/2000	Булочка Молочная	1/50 гр	1/50 гр	2,9	3,95	4,7	27,75	169	0,055	0,13	9,5	2	15,5	1,1	6,5	0,65
628/96	Чай с сахаром	1/200гр.	1/200гр.	1,1	0,4	0,1	21,6	83,4	0	0,18	0	0	9,2	0	7,8	1,6
	Итого			**45**	32,29	14,39	103,73	575,4	0,349	26,86	1667	5	108,4	112,6	98,44	8,56

Меню разработано на основании Сборника рецептур,блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996-1997 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МУПОП «Комбинат социального питания "
Ч.И.САДЫХОВ
2019г.

с 1 сентября 2019г /осенне-зимнее меню/

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции	Масса порции	цена	пищевые вещества			энергет. ценность ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		7-11 лет	с 11 лет и старше		белки	жиры	углевода		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17-день															
387/96	Печень по строгановски	40/40гр.	40/40гр.	28,4	4,2	13,3	3,08	148,3	0,07	5,88	350	4,14	31,64	2,027	9,52	1,82
469/96	Макароны отварные	100гр.	100гр.	3,2	3,65	3,32	23,25	141	0,08	0	0,02	0	27,3	40,04	16,39	0,66
сб/96	Помидор свежий порц.	1/50гр.	1/50гр.	3,5	0,8	0,1	2,6	14	0	2,5	0	0	11,5	12	7	0,3
182/2000	Булочка Молочная	1/50 гр	1/50 гр	2,9	3,95	4,7	27,75	169	0,06	0,13	9,5	2	15,5	1,1	6,5	0,65
702/97	Компот из изюма	1/200гр.	1/200гр.	7	0,6	0	29	111,2	0,06	0,4	200	0	25,2	0,49	19,4	0,6
	Итого			**45**	13,2	21,42	85,68	583,47	0,265	8,91	559,5	6,14	111,14	55,657	58,81	4,03
	18 - день															
449/96	Плов с куриной грудкой	60/160гр.	60/160гр.	30,9	17,205	1,943	36,353	400,52	0,074	0,703	0	0	21,922	0	0	1,813
сб.96г.	Икра кабачковая	1/50г.	1/50г.	6,2	0,83	0	0,833	6,5	0,01	2,3	2,5	0,05	11,5	0,1	7	0,3
182/2000	Булочка Молочная	1/50гр.	1/50гр.	2,9	3,95	4,7	27,75	169	0,06	0,13	9,5	2	15,5	1,1	6,5	0,65
585/96	Компот из свежих яблок	1/200гр.	1/200гр.	5	0,6	0	29	111,2	0,06	0,4	200	0	25,2	0,49	19,4	0,6
	Итого			**45**	22,585	6,643	93,936	687,22	0,199	3,533	212	2,05	74,122	1,69	32,9	3,363
	19 день															
149/96	Каша молочная рисовая с маслом	165/13гр.	165/13гр.	14,3	3,09	4,07	36,98	197	0,03	0	20	0	5,9	67	21,8	0,47
701-96г.	Колбаса п/копченая запеченная в тесте	50/50гр.	50/50гр.	22	10,8	12,3	25,8	257	0,06	0,398	0	0	124,8	0	0	0,696
642-96	Какао с молоком	1/200г.	1/200г.	8,7	5,8	5,8	34,4	205,6	0,06	1,6	40	0,4	172,2	1,16	24,8	1
	Итого			**45**	19,69	22,17	97,18	659,6	0,15	1,998	60	0,4	302,9	68,16	46,6	2,166

Меню разработано на основании Сборника рецептур,блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996-1997 г. редактор Лапшина В.Т. И Сборника рецептур мучных кондитерских и булочных изделий 2000г.редактор Лапшина В.Т. Фонарева Г.С.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МУПОП «Комбинат социального питания"
_____ Ч.И.САДЫХОВ
_____ 2019г.

с 1 сентября 2019г. /осенне-зимнее меню/

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции 7-11 лет	Масса порции с 11 лет и старше	цена	пищевые вещества			энергет. ценность ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
					белки	жиры	углевода		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	20-день															
394/96	Жаркое с говядиной	30/145гр.	30/145гр.	37,3	30,78	26,22	29,83	471,2	0,19	19,19	38	0,76	37,6	10,8	75,2	5,51
сб/96г	Кукуруза консервированная порционная	1/20гр.	1/20гр.	3,7	0,84	0,09	4,98	22	0,01	1,8	1	0,02	8	0,17	11,5	0,395
182/2000	Булочка Молочная	1/50 гр	1/50 гр	2,9	3,95	4,7	27,75	169	0,055	0,13	9,5	2	15,5	1,1	6,5	0,65
628/96	Чай с сахаром	200/15гр.	200/15гр.	1,1	0,4	0,1	21,6	83,4	0	0,18	0	0	9,2	0	7,8	1,6
	Итого			**45**	35,97	31,11	84,16	745,6	0,255	21,3	48,5	2,9	70,32	12,07	101	8,155
	21 -день															
286/96	Омлет натуральный с колбасой молочной	30/100гр.	30/100гр.	24,8	15,4	23,95	2,275	286,15	0,07	0,2	300	3,5	81,1	2,23	14,4	2,3
сб./96	Икра кабачковая	1/30гр.	1/30гр.	3,8	0,84	0,09	4,98	22	0,01	1,8	1	0,02	8	0,17	11,5	0,395
3-97г	Бутерброд с сыром	25/50гр.	25/50гр.	15,3	8,723	18,56	20,07	285,9	0,173	0,97	0	0	307	0	0	1,313
628/96	Чай с сахаром	200/15г.	200/15г.	1,1	0,4	0,1	21,6	83,4	0	0,18	0	0	9,2	0	7,8	1,6
	Итого			**45**	25,363	42,695	48,925	677,45	0,253	3,15	301	3,52	405,3	2,395	33,7	5,608
	22- день															
431/96	Макаронник с говядиной	40/155гр.	40/155гр.	40,1	17,93	11,73	33,34	311	0,14	0,39	38	0	27,5	185	41,3	2,2
сб.96г.	Свекла отварная	1/20г.	1/20г.	0,9	0,84	0,09	4,98	22	0,01	1,8	1	0,02	8	0,17	11,5	0,395
182/2000	Булочка Молочная	1/50гр.	1/50гр.	2,9	3,95	4,7	27,75	169	0,055	0,13	9,5	2	15,5	1,1	6,5	0,65
628/96	Чай с сахаром	200/15г.	200/15г.	1,1	0,4	0,1	21,6	83,4	0	0,18	0	0	9,2	0	7,8	1,6
	Итого			**45**	23,12	16,62	87,67	585,4	0,205	2,5	48,5	2,02	60,2	186,4	67,1	4,845

Меню разработано на основании Сборника рецептур,блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996-1997 г. редакторЛапшина В.Т. И Сборника рецептур мучных кондитерских и булочных изделий 2000г.редактор Лапшина В.Т. Фонарева Г.С.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МУПОП «Комбинат социального питания "
Ч.И.САДЫХОВ
2019г.

с 1 сентября 2019г. /осенне-зимнее меню/

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции	Масса порции	цена	пищевые вещества			энергет. ценность ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		7-11 лет	с 11 лет и старше		белки	жиры	углевода		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	23 день															
430/96	Запеканка картофельная с говядиной	30/140гр.	30/140гр.	37,2	5,51	8,17	15,01	151,6	0,133	8,2	114	0,57	70,1	2,053	32,9	1,33
Сб.96	Икра кабачковая	1/30гр.	1/30гр.	3,8	0,84	0,09	4,98	22	0,01	1,8	1	0,02	8	0,165	11,5	0,395
182/2000	Булочка Молочная	1/50 гр	1/50 гр	2,9	3,95	4,7	27,75	169	0,055	0,1	9,5	2	15,5	1,1	6,5	0,65
628/96	Чай с сахаром	200/15гр.	200/15гр.	1,1	0,4	0,1	21,6	83,4	0	0,2	0	0	9,2	0	7,8	1,6
	Итого			**45**	10,7	13,06	69,34	426	0,198	10,3	124,5	2,59	102,8	3,318	58,7	3,975
	24 день															
436/97г	Драники с мясом с соусом №528	110/20гр	110/20гр	31,3	12,37	12,53	2,445	171,67	0,03	0,8	0,02	0	11,03	178,6	25,7	1,575
сб./96	Икра кабачковая	1/30гр.	1/30гр.	3,8	0,84	0,09	4,98	22	0,01	1,8	1	0,02	8	0,17	11,5	0,395
182/2000	Булочка Молочная	1/50 гр.	1/50 гр.	2,9	3,95	4,7	27,75	169	0,055	0,1	9,5	2	15,5	1,1	6,5	0,65
702/97	Компот из изюма	1/200гр.	1/200гр.	7	0,6	0	29	111,2	0,06	0,4	200	0	25,2	0,49	19,4	0,6
	Итого			**45**	17,757	17,32	64,175	473,87	0,155	3,12	210,5	2,02	59,73	180,4	63,1	3,22

Меню разработано на основании Сборника рецептур,блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996-1997 г. редакторЛапшина В.Т. И Сборника рецептур мучных кондитерских и булочных изделий 2000г.редактор Лапшина В.Т. Фонарева Г.С.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МУПОП «Комбинат социального питания "
Ч.И.САДЫХОВ
2019г.

с 1 сентября 2019г. /осенне-зимнее меню/

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции	Масса порции	цена	пищевые вещества			энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		7-11 лет	с 11 лет и старше		белки	жиры	углевода		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	25-день															
149/96	Каша молочная пшенная с маслом сливочным	150/15гр.	150/15гр.	15,6	3,09	4,07	36,98	197	0,03	0	20	0	5,9	67	21,8	0,47
сб/96	Яйцо вареное	шт.	шт.	6,2	5,131	4,646	0,283	63,5	0,028	0	105	0,24	22,6	0,928	4,848	1,01
701-96г.	Сосиска молочная запеченная в тесте	50/50гр.	50/50гр.	14,5	10,8	12,3	25,8	257	0,06	0,398	0	0	125	0	0	0,7
642-96	Какао с молоком	1/200г.	1/200г.	8,7	5,8	5,8	34,4	206	0,06	1,6	40	0,4	172	1,16	24,8	1
	Итого			**45**	24,821	26,82	97,46	723,1	0,178	1,998	165	0,64	325,5	69,09	51,45	3,18
	26 день															
680/96	Блинчики с фаршем/мясо с картофелем/	110гр.	110гр.	25	2,22	9,64	29,88	228	0,1	0	60	0	23,8	0,9	18,8	1,08
сб./96	Сок фруктовый	200г.	200г.	20	1	0,2	20,2	92	0,02	4	0	0,2	14	0,4	8	2,8
	Итого			**45**	3,22	9,84	50,08	320	0,12	4	60	0,2	37,8	1,3	26,8	3,88

Меню разработано на основании Сборника рецептур,блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996-1997 г. редакторЛапшина В.Т. И Сборника рецептур мучных кондитерских и булочных изделий 2000г.редактор Лапшина В.Т. Фонарева Г.С.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МУПОП «Комбинат социального питания "
Г.И.САДЫХОВ
2019г.

с 1 сентября 2019г. /осенне-зимнее меню/

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции	Масса порции	цена	пищевые вещества			энергет. ценность ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		7-11 лет	с 11 лет и старше		белки	жиры	углевода		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	27-день															
сб/96	Куриные гнезда с соусом молочным № 549	75/40гр.	75/40гр.	31,1	8,75	12,5	4,5	165,5	0,04	0	7,5	0,55	9	3,7	14	1,6
464/96	Каша пшенная вязкая	100г.	100г.	6	2,322	4,29	20,5	122,2	0,04	0,01	0	0	13,3	0	0	0,606
182/2000	Булочка Молочная	1/50гр.	1/50гр.	2,9	3,95	4,7	27,8	169	0,06	0,13	9,5	2	15,5	1,1	6,5	0,65
585/96	Компот из свежих яблок	1/200гр.	1/200гр.	5	0,6	0	29	111,2	0,06	0,4	200	0	25,2	0,49	19,4	0,6
	Итого			**45**	15,622	21,44	81,75	567,86	0,19	0,542	217	2,55	62,96	5,29	39,9	3,456
	28 день															
298/2011	Голубцы ленивые с мясом и соусом №528	110/30гр	110/30гр	29,6	12,38	7,95	17,5	191,3	0,07	17,5	0	0	52,7	0	27,8	1,428
469/96	Макароны отварные	1/100гр.	1/100гр.	3,2	3,65	3,32	23,3	141	0,08	0	0,02	0	27,3	40	16,4	0,66
Сб.96	Икра кабачковая	1/30гр.	1/30гр.	3,8	0,84	0,09	4,98	22	0,01	1,8	1	0,02	8	0,17	11,5	0,395
182/2000	Булочка Молочная	1/50гр.	1/50гр.	2,9	3,95	4,7	27,8	169	0,06	0,13	9,5	2	15,5	1,1	6,5	0,65
762-97	Кофейный напиток с молоком	1/200гр.	1/200гр.	5,5	3,12	2,66	14,18	93,34	0,04	1,3	0	0	125,7	1,83	20	0,14
	Итого			**45**	23,936	18,72	87,7	616,68	0,255	20,76	10,52	2,02	229,3	43,14	82,2	3,273

Меню разработано на основании Сборника рецептур,блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996-1997 г. редакторЛапшина В.Т. И Сборника рецептур мучных кондитерских и булочных изделий 2000г.редактор Лапшина В.Т. Фонарева Г.С.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МУ ПОП «Комбинат социального питания»
Ч.И.САДЫХОВ
2019г.

с 1 сентября 2019г. /осенне-зимнее меню/

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции	Масса порции	цена	пищевые вещества			. Цен. к/кал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		7-11 лет	с 11 лет и старше		белки	жиры	углевода		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	29-день															
393/97	Сосиска отварная с соусом №528	80/50гр.	80/50гр.	20,7	6,6	14,34	0,24	156,6	0,114	0	0	0,24	21	2,76	12	1,08
472/96	Картофельное пюре	1/100гр.	1/100гр.	7,7	2,1	4,6	8,5	81,7	0,08	8,8	20	1,5	38,9	1,05	17	0,6
Сб.96	Икра кабачковая	1/40гр.	1/40гр.	5	0,84	0,09	4,98	22	0,01	1,8	1	0,02	8	0,165	11,5	0,395
182/2000	Булочка Молочная	1/50гр.	1/50гр.	2,9	3,95	4,7	27,75	169	0,055	0,13	9,5	2	15,5	1,1	6,5	0,65
642-96	Какао с молоком	1/200гр.	1/200гр.	8,7	5,8	5,8	34,4	205,6	0,06	1,6	40	0,4	172,2	1,16	24,8	1
	Итого			**45**	19,29	29,53	75,87	634,9	0,319	12,33	70,5	4,16	255,6	6,235	71,8	3,725
	30 день															
460/96	Котлета из куриного фарша со сметанным соусом №553	100/40гр.	100/40гр.	24,9	17,93	11,73	33,34	311	0,14	0,39	38	0	27,5	185,1	41,3	2,2
463/96	Каша гречневая рассыпчатая	1/100гр.	1/100гр.	3,6	3,6	2,2	17,1	98,7	0,1	0	2	1,7	8,4	1,7	56,1	1,9
сб./96	Икра кабачковая	1/50г.	1/50г.	6,2	0,84	0,09	4,98	22	0,01	1,8	1	0,02	8	0,17	11,5	0,395
182/2000	Булочка Домашняя	1/100 гр	1/100 гр	5,9	3,95	4,7	27,75	169	0,055	0,13	9,5	2	15,5	1,1	6,5	0,65
630-96	Чай со сгущенным молоком	1/200гр.	1/200гр.	4,4	0,4	0,1	21,6	83,4	0	0,18	0	0	9,2	0	7,8	1,6
	Итого			**45**	26,72	18,82	104,77	684,1	0,305	2,5	50,5	3,72	68,6	188,1	123,2	6,745
	31 день															
664/96	Пельмени отварные со сметанным соусом №553	210/20г.	210/20г.	42,5	17,93	11,73	33,34	311	0,14	0,39	38	0	27,5	185,1	41,3	2,2
588/96	Компот из сухофруктов	1/200гр.	1/200гр.	2,5	0,6	0	29	111,2	0,06	0,4	200	0	25,2	0,49	19,4	0,6
	Итого			**45**	18,53	11,73	62,34	422,2	0,2	0,79	238	0	52,7	185,6	60,7	2,8
	32 день															
664/96	Вареники с картофелем и маслом сливочным	220/15гр.	220/15гр.	36,3	17,93	11,73	33,34	311	0,14	0,39	38	0	27,5	185,1	41,3	2,2
642-96	Какао с молоком	1/200г.	1/200г.	8,7	5,8	5,8	34,4	205,6	0,06	1,6	40	0,4	172,2	1,16	24,8	1
	Итого			**45**	23,73	17,53	67,74	516,6	0,2	1,99	78	0,4	199,7	186,3	66,1	3,2
	33 день															
664/96	Вареники с творогом и сметанным соусом №553	180/10гр.	180/10гр.	40,6	17,93	11,73	33,34	311	0,14	0,39	38	0	27,5	185,1	41,3	2,2
630-96	Чай со сгущенным молоком	1/200гр.	1/200гр.	4,4	0,4	0,1	21,6	83,4	0	0,18	0	0	9,2	0	7,8	1,6
	Итого			**45**	18,33	11,83	54,94	394,4	0,14	0,57	38	0	36,7	185,1	49,1	3,8

Меню разработано на основании Сборника рецептур,блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1996-1997 г. редакторЛапшина В.Т. и Сборника рецептур мучных кондитерских и булочных изделий 2000г.редактор Лапшина В.Т. Фонарева Г.С.