

АО "КСП "Волна"

АКЦИОНЕРНОЕ ОБЩЕСТВО
"Комбинат социального питания
"ВОЛНА"
СТОЛОВАЯ № 5
Для документа

МЕНЮ

21.05.2021

ПИТАНИЕ ПО БЕЗНАЛИЧНОМУ РАСЧЕТУ

Директор школы

УТВЕРЖДАЮ:



Номер рецептуры	Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК - 63														
187/2008	КАША "ЯНТАРНАЯ" (ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ)	155	206	5,20	12,50	39,02	0,12	0,01	0,05	0,37	79,36	125,24	34,70	2,48
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
430/2008	ЧАЙ С САХАРОМ	200	60	0,20	0,10	15,00					5,00	8,00	4,00	1,00
/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	71	2,17	0,79	13,68	0,04				5,81	22,19	8,61	0,52
338/2008	МАНДАРИН	80	30	0,60		6,00		30,40		0,20	128,00	113,60	8,80	0,10
Итого за ЗАВТРАК - 63 руб.			455	12,67	17,89	81,10	0,18	30,41	0,09	0,87	352,17	354,03	63,11	4,40
ОБЕД - 110														
37/2011	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ, МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ, ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	60	67	0,80	4,76	5,10	0,03			1,40	14,80	23,50	11,60	0,40
80/2008	БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/5/5	110	7,90	5,39	8,48	0,04	8,02	0,06	0,25	43,50	93,05	25,25	1,53
241/2008	КОТЛЕТКА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	80	88	10,90	2,90	14,80	0,04	1,60	0,09	0,64	33,60	244,00	14,40	0,80
333/2008	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	225	3,00	9,40	22,80	0,01	20,80	0,46	0,23	18,46	78,40	1,00	0,10
442/2008	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	92	1,00	0,20	19,17	0,06		0,03	0,80	11,00	36,00	7,00	0,80
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	92	3,20	1,70	20,40	0,10				8,30	40,40		0,10
к/к/	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	72	2,00	1,16	12,99	0,13			0,38	13,75			0,50
Итого за ОБЕД - 110 руб.			746	28,80	25,51	103,74	0,41	30,42	0,64	3,70	143,41	515,35	59,25	4,23
ОБЕД - 173														
43/2008	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ)	100	192	1,60	15,30	11,90	0,01	15,00	0,05	6,80	24,00	43,00	19,00	1,00
80/2008	БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/5/5	149	9,56	7,40	10,50	0,05	9,97	0,20	0,32	52,20	104,30	29,40	1,90
249/2010	РЫБА(ФИЛЕ ТРЕСКИ) ЗАПЕЧЕНАЯ В ОМЛЕТЕ	100	262	15,64	13,00	17,87	0,02	4,90	0,22	3,10	195,00	350,00	47,60	1,50
333/2008	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	199	3,44	8,62	26,78	0,16	14,40	38,94		22,83	93,82	36,37	1,47
394/2008	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	200	115	0,20	0,20	27,90	0,01	2,00		0,10	7,00	4,00	4,00	1,00
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	92	3,20	1,70	20,40	0,10				8,30	40,40		0,10
к/к/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	115	3,20	1,85	20,78	0,13			0,75	2 705,00			0,80
338/2008	МАНДАРИН	80	30	0,60		6,00		30,40		0,20	128,00	113,60	8,80	0,10
Итого за ОБЕД - 173 руб.			1 154	37,44	48,07	142,13	0,48	76,67	39,41	11,27	3 142,3	749,12	145,17	7,87

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор