

Согласовано директор

Утверждаю директор ООО "Сервис плюс"



Гарькавенко К.В.

Понедельник

Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	стоимость питания (руб)	стоимость питания платники (руб)
-------	-------------------	-------	------	----------	--------------	-------------------------	----------------------------------

Комплекс 1-4 кл							
Завтрак 1-4 кл.							
160	Омлет запеченный или паровой	15,64	22,95	4,08	284,75	18,37	23
200	Чай	0,2	0	15	58,00	7	10
50	Батон витаминизированный	3,75	1,5	26	125,00	7	15
125	Йогурт молочный	3,62	4,12	14,25	127,50	21	37,08
итого		23,21	28,57	59,33	595,25	53,37	85,08
Обед 1-4 кл.							
60	Огурец свежий	0,54	2,28	2,34	40,02	15	21
210	Суп картофельный с бобовыми	3,98	7,69	18,56	147,21	22,64	37,05
180	Плов с мясом свинины	18	18,1	37,1	340,00	31,34	54,77
200	Напиток из шиповника	0,8	0,33	36,17	138,10	7	12
40	Хлеб пшеничный витаминизированный	3,73	0,48	22,96	163,20	5	7
20	Хлеб чусовской	1,32	0,24	6,68	34,80	5	7
итого		28,37	29,12	123,81	863,33	85,98	138,82

139,35

Комплекс 5-11 кл							
Завтрак 5-11 кл.							
250	Омлет запеченный или паровой	14,56	16,74	33,51	338,11	25,78	34,83
50	Чай	0,2	0	15	58,00	7	10
200	Батон витаминизированный	3,75	1,5	26	125,00	7	15
50	Йогурт молочный	3,62	4,12	14,25	127,50	21	37,08
итого		22,13	22,36	88,76	648,61	60,78	96,91
Обед 5-11 кл.							
100	Огурец свежий	0,78	3,8	4,2	66,66	19	26,81
260	Суп картофельный с бобовыми	8,33	13,41	37,5	182,03	25,77	42,19
200	Плов с мясом свинины	18,6	18,8	37,6	350,00	36,15	63,12
200	Напиток из шиповника	0,8	0,33	36,17	138,10	7	12
30	Хлеб пшеничный витаминизированный	2,81	0,35	17,21	122,40	5	7
20	Хлеб чусовской	1,32	0,24	6,68	34,80	5	7
итого		32,64	36,93	122,15	711,96	97,92	158,12

158,7

Комплекс 1-4 кл							
60	Огурец свежий	0,54	2,28	2,34	40,02	15	21
180	Плов с мясом свинины	18	18,1	37,1	340,00	31,34	54,77
200	Напиток из шиповника	0,8	0,33	36,17	138,10	7	12
40	Хлеб пшеничный витаминизированный	3,73	0,48	22,96	163,20	5	7
20	Хлеб чусовской	1,32	0,24	6,68	34,80	5	7
итого		24,39	21,43	105,25	716,12	63,34	101,77

Комплекс 5-11 кл							
100	Огурец свежий	0,78	3,80	4,20	66,66	19	26,81
200	Плов с мясом свинины	18,60	18,80	37,60	350,00	36,15	63,12
200	Напиток из шиповника	0,80	0,33	36,17	138,10	7	12
30	Хлеб пшеничный витаминизированный	2,81	0,35	17,21	122,40	5	7
20	Хлеб чусовской	1,32	0,24	6,68	34,80	5	7
итого		24,31	23,52	84,65	711,96	72,15	115,93

Согласовано директор

Утверждаю директор ООО "Сервис плюс"



Марьяквенко К.В.

Вторник

Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	стоимость питания (руб)	стоимость питания платники (руб)
-------	-------------------	-------	------	----------	--------------	-------------------------	----------------------------------

Комплекс 1-4 кл							
Завтрак 1-4 кл.							
200	Запеканка из творога с повидлом яблочным(170/30)	12,9	13,4	19,8	248,00	29,37	48,08
40	Печенье	1,2	3,1	21	118,00	8	10
210	Чай с лимоном	0,3	0	15,2	60,00	9	12
50	Батон витаминизированный	3,75	1,5	26	125,00	7	15
итого		18,15	18	82	433,00	53,37	85,08
Обед 1-4 кл.							
200	Суп с клецками	4,96	6,82	23,62	153,60	22,64	37,05
90	Биточки (котлеты) из мяса кур	13,5	10,71	9,29	169,71	28,08	49,77
30	Соус томатный	1,488	2,046	7,086	46,08	5,26	7
150	Макароны отварные	3,15	6,75	21,9	163,50	13	19
200	Напиток из свежих фруктов	0,2	0	20,01	132,00	7	12
30	Хлеб пшеничный витаминизированный	2,81	0,35	17,21	122,40	5	7
20	Хлеб чусовской	1,32	0,24	6,68	34,80	5	7
итого		27,428	26,916	105,796	822,09	85,98	138,82
						139,35	223,9

Комплекс 5-11 кл							
Завтрак 5-11 кл.							
250	Запеканка из творога с повидлом яблочным(200/50)	17,17	17,99	47,2	353,10	36,78	59,91
40	Печенье	1,2	3,1	21	118,00	8	10
50	Батон витаминизированный	3,75	1,5	26	125,00	7	12
210	Чай с лимоном	0,3	0	15,02	60,00	9	15
итого		22,42	22,59	109,22	656,10	60,78	96,91
Обед 5-11 кл.							
250	Суп с клецками	5,8	6,5	27	133,60	26,77	42,19
100	Биточки (котлеты) из мяса кур	19,9	16,1	48,3	221,30	27,08	60,93
30	Соус томатный	1,74	1,95	8,1	40,08	5,26	7
180	Макароны отварные	3,68	7,9	25,26	189,60	21,81	22
30	Хлеб пшеничный витаминизированный	2,81	0,35	17,21	122,40	5	7
20	Хлеб чусовской	1,32	0,24	6,68	34,80	5	7
200	Напиток из свежих фруктов	0,2	0	20,01	132,00	7	12
итого		35,45	33,04	152,56	873,78	97,92	158,12
						158,7	

Комплекс 1-4 кл							
90	Биточки (котлеты) из мяса кур	13,5	10,71	9,29	169,71	28,08	49,77
30	Соус томатный	0	0	0	0,00	5,26	7
150	Макароны отварные	3,15	6,75	21,9	163,50	13	19
200	Напиток из свежих фруктов	0,2	0	20,01	132,00	7	12
30	Хлеб пшеничный витаминизированный	2,81	0,35	17,21	122,40	5	7
20	Хлеб чусовской	1,32	0,24	6,68	34,80	5	7
итого		20,98	18,05	75,09	622,41	63,34	101,77

Комплекс 5-11 кл							
100	Биточки (котлеты) из мяса кур	19,9	16,1	48,3	221,30	28,08	60,93
30	Соус томатный	0	0	0	0,00	5,26	7
180	Макароны отварные	3,68	7,9	25,26	189,60	21,81	22
30	Хлеб пшеничный витаминизированный	2,81	0,35	17,21	122,40	5	7
20	Хлеб чусовской	1,32	0,24	6,68	34,80	5	7
200	Напиток из свежих фруктов	0,2	0	20,01	132,00	7	12
итого		27,91	24,59	117,46	700,10	72,15	115,93

Согласовано директор

Утверждаю директор ООО "Сервис плюс"



арьякавенко К.В.

Среда

Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	стоимость питания (руб)	стоимость питания платники (руб)
-------	-------------------	-------	------	----------	--------------	-------------------------	----------------------------------

Комплекс 1-4 кл							
Завтрак 1-4 кл.							
210	Каша Дружба молочная вязкая с маслом сливочным	5,06	9,21	22,28	223,85	23,21	32
50	Манник	4,26	4,53	23,6	152,60	16,16	26,08
200	Кофейный напиток с молоком	6,2	4,7	8,9	79,00	7	12
50	Батон витаминизированный	3,75	1,5	26	125,00	7	15
итого		19,27	19,94	80,78	580,45	53,37	85,08

Обед 1-4 кл.							
60	Капуста квашенная с маслом растительным	1,08	2,28	6,54	51,00	11	23
210	Борщ со сметаной	3,12	3,44	23,01	94,40	22,64	37,05
180	Греча по-Царски с мясом и овощами (свинина б/к)	21,3	19,73	45,66	452,70	35,34	52,77
200	Компот из сухофруктов	1,2	0	31,6	126,00	7	12
40	Хлеб пшеничный витаминизированный	3,73	0,48	22,96	163,20	5	7
20	Хлеб чусовской	1,32	0,24	6,68	34,80	5	7
итого		31,75	26,17	136,45	922,10	85,98	138,82

139,35

Комплекс 5-11 кл							
Завтрак 5-11 кл.							
250	Каша Дружба молочная вязкая с маслом сливочным	8,74	11,69	33,6	289,80	28,78	38
60	Манник	5, 11	5,43	28,32	183, 12	18	31,91
200	Кофейный напиток с молоком	6,2	4,7	8,9	79,00	7	12
50	Батон витаминизированный	3,75	1,5	25	125,00	7	15
итого		18,69	23,32	95,82	493,80	60,78	96,91

Обед 5-11 кл.							
100	Капуста квашенная с маслом растительным	1,30	3	7,3	89,00	13,15	27,16
260	Борщ со сметаной	3,9	4,3	28,78	108,01	25,77	42,19
200	Греча по-Царски с мясом и овощами (свинина б/к)	25,71	23,4	51,12	529,28	42	62,77
200	Компот из сухофруктов	0,3	0	27,1	126,00	7	12
30	Хлеб пшеничный витаминизированный	2,81	0,35	17,21	122,40	5	7
20	Хлеб чусовской	1,32	0,24	6,68	34,80	5	7
итого		34,04	31,29	138,19	1009,49	97,92	158,12

158,7

Комплекс 1-4 кл							
60	Капуста квашенная с маслом растительным	1,08	2,28	6,54	51,00	11	23
180	Греча по-Царски с мясом и овощами (свинина б/к)	21,3	19,73	45,66	452,70	35,34	52,77
200	Компот из сухофруктов	1,2	0	31,6	126,00	7	12
40	Хлеб пшеничный витаминизированный	3,73	0,48	22,96	163,20	5	7
20	Хлеб чусовской	1,32	0,24	6,68	34,80	5	7
итого		28,63	22,73	113,44	827,70	63,34	101,77

Комплекс 5-11 кл							
100	Капуста квашенная с маслом растительным	1,30	3	7,3	89,00	13,15	27,16
200	Греча по-Царски с мясом и овощами (свинина б/к)	25,71	23,4	51,12	529,28	42	62,77
200	Компот из сухофруктов	0,3	0	27,1	126,00	7	12
30	Хлеб пшеничный витаминизированный	2,81	0,35	17,21	122,40	5	7
20	Хлеб чусовской	1,32	0,24	6,68	34,80	5	7
итого		30,14	26,99	109,41	901,48	72,15	115,93

Согласовано директор

Утверждаю директор ООО "Сервис плюс"

Гарькавенко К.В.

Четверг



Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	стоимость питания (руб)	стоимость питания платники (руб)
Комплекс 1-4 кл							
Завтрак 1-4 кл.							
210	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	3,96	8,1	39,27	279,90	25,91	32
45	Бутерброд с сыром	6,68	9,64	9,38	156,85	13,46	26,08
50	Батон витаминизированный	3,75	1,5	26	125,00	7	12
200	Чай с молоком	8,6	3,6	15,3	107,00	7	15
итого		22,99	22,84	89,95	668,75	53,37	85,08
Обед 1-4 кл.							
210	Рассольник со сметаной	7,4	10,48	55,3	168,90	25,64	23
110	Рыба тушеная в соусе (90/20)	15,27	9,54	11,15	189,77	25,34	37,05
150	Картофельное пюре	3,78	8,1	26,28	204,37	21	52,77
200	Компот из сухофруктов	0,3	0	27,1	126,00	7	12
30	Хлеб пшеничный витаминизированный	2,81	0,35	17,21	122,40	5	7
20	Хлеб чусовской	1,32	0,24	6,68	34,80	5	7
итого		30,88	28,71	143,72	846,24	88,98	138,82
						142,35	
Комплекс 5-11 кл							
Завтрак 5-11 кл.							
260	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	3,96	8,1	39,27	279,90	31,78	38
45	Бутерброд с сыром	6,68	9,64	9,38	156,85	15	31,91
50	Батон витаминизированный	3,75	1,5	26	125,00	7	12
200	Чай с молоком	8,6	3,6	15,3	107,00	7	15
итого		22,99	22,84	89,95	668,75	60,78	96,91
Обед 5-11 кл.							
250	Рассольник со сметаной	7,4	10,48	55,3	168,90	25,77	42,19
120	Рыба тушеная в соусе (100/20)	15,27	9,54	11,15	189,77	28,15	42,19
180	Картофельное пюре	3,78	8,1	26,28	204,37	27	62,77
200	Компот из сухофруктов	0,3	0	27,1	126,00	7	12
30	Хлеб пшеничный витаминизированный	2,81	0,35	17,21	122,40	5	7
20	Хлеб чусовской	1,32	0,24	6,68	34,80	5	7
итого		30,88	28,71	143,72	846,24	97,92	173,15
						158,7	
Комплекс 1-4 кл							
110	Рыба тушеная в соусе (90/20)	15,27	9,54	11,15	189,77	25,34	23
150	Картофельное пюре	3,78	8,1	26,28	204,37	21	52,77
200	Компот из сухофруктов	0,3	0	27,1	126,00	7	12
30	Хлеб пшеничный витаминизированный	2,81	0,35	17,21	122,40	5	7
20	Хлеб чусовской	1,32	0,24	6,68	34,80	5	7
итого		23,48	18,23	88,42	677,34	63,34	101,77
Комплекс 5-11 кл							
120	Рыба тушеная в соусе (100/20)	15,27	9,54	11,15	189,77	28,15	27,16
180	Картофельное пюре	3,78	8,10	26,28	204,37	27	62,77
200	Компот из сухофруктов	0,30	0,00	27,10	126,00	7	12
30	Хлеб пшеничный витаминизированный	2,81	0,35	17,21	122,40	5	7
20	Хлеб чусовской	1,32	0,24	6,68	34,80	5	7
итого		23,48	18,23	88,42	677,34	72,15	115,93

Согласовано директор

Утверждаю директор ООО "Сервис плюс"



Гарькавенко К.В.

Пятница

Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	стоимость питания (руб)	стоимость питания платники (руб)
Комплекс 1-4 кл							
Завтрак 1-4 кл.							
150	Макароны отварные с яйцом с сыром	14,1	16,3	27,9	221,00	21,37	23
200	Чай	0,2	0	15	58,00	5	10
50	Батон витаминизированный	3,75	1,5	26	125,00	7	15
100	Фрукт свежий	0,3	0	14,7	161,00	20	37,08
итого		18,35	17,8	83,6	565,00	53,37	85,08
Обед 1-4 кл.							
60	Огурец свежий	1,8	2,34	3,78	53,20	15	16
210	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	1,6	4,1 6	10,48	84,80	22,64	37,05
90	Гуляш из мяса свинины	13,51	11,5	16,6	129,60	20,34	46,77
150	Ризотто с овощами	3,9	9,1	37,05	220,50	13	15
210	Чай с лимоном	0,3	0	15,02	60,00	5	10
30	Хлеб пшеничный витаминизированный	2,81	0,35	17,21	122,40	5	7
20	Хлеб чусовской	1,32	0,24	6,68	34,80	5	7
итого		25,24	23,53	106,82	705,30	85,98	138,82
		139,35					
Комплекс 5-11 кл							
Завтрак 5-11 кл.							
200	Макароны отварные с яйцом с сыром	15,4	17,1	32,3	294,66	25,68	34,83
10	Масло сливочное	1,56	4,55	0,07	70,90	3,1	10
200	Чай	0,2	0	15	58,00	5	10
50	Батон витаминизированный	3,75	1,5	26	125,00	7	15
100	Фрукт свежий	0,3	0	14,7	161,00	20	27,08
итого		21,21	23,15	88,07	709,56	60,78	96,91
Обед 5-11 кл.							
100	Огурец свежий	3	3,9	6,3	72,00	18	19
260	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	4	4,2	23, 10	106,00	25,77	42,19
100	Гуляш из мяса свинины	15,14	13,4	17,33	182,55	24,15	53,12
190	Ризотто с овощами	4,78	10,6	41,16	245,00	13	17,81
30	Хлеб пшеничный витаминизированный	2,81	0,35	17,21	122,40	7	7
20	Хлеб чусовской	1,32	0,24	35,68	34,80	5	7
210	Чай с лимоном	0,3	0	15,02	60,00	5	12
итого		31,35	32,69	132,7	822,75	97,92	158,12
		158,7					
Комплекс 1-4 кл							
60	Огурец свежий	1,8	2,34	3,78	53,20	15	16
90	Гуляш из мяса свинины	13,51	11,5	16,6	129,60	20,34	46,77
150	Ризотто с овощами	3,9	9,1	37,05	220,50	13	15
210	Чай с лимоном	0,3	0	15,02	60,00	5	10
30	Хлеб пшеничный витаминизированный	2,81	0,35	17,21	122,40	5	7
20	Хлеб чусовской	1,32	0,24	6,68	34,80	5	7
итого		23,64	23,53	96,34	620,50	63,34	101,77
Комплекс 5-11 кл							
100	Огурец свежий	3	3,9	6,3	72,00	18	19
100	Гуляш из мяса свинины	15,14	13,4	17,33	182,55	24,15	53,12
190	Ризотто с овощами	4,78	10,6	41,16	245,00	13	17,81
30	Хлеб пшеничный витаминизированный	2,81	0,35	17,21	122,40	7	12
20	Хлеб чусовской	1,32	0,24	35,68	34,80	5	7
210	Чай с лимоном	0,3	0	15,02	60,00	5	7
итого		27,35	28,49	132,70	716,75	72,15	115,93