

Утверждаю:
Директор Научно-образовательного комплекса

Меню

на __15__ октября 2018 года

Рацион питания	Выход	Цена
обед		
Салат из моркови с сахаром	60	5,40
Суп-лапша домашняя с мясом	250/10	18,14
Биточек из говядины с соусом	50/50	27,82
Капуста тушёная	150	15,12
Сок фруктовый	200	18
Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	30/20	3,14
	Итого:	87,62
Полдник		
Булочка домашняя	50	6,37
Молоко цельное ПСХ "Ангара"	200	17,94
	Итого:	24,31
Фрукты свежие (яблоки)	150	22,5
Дополнение		
Салат Ленинградский	100	25,74
Салат из крабовых палочек с рисом	100	25,97
Котлета натуральная из мяса птицы	80	46,32
Рыба Appetitная (горбуша)	50/50	47,04
Напиток из кураги	200	9,29
Кулебяка с капустой	100	11,65
Булочка домашняя	100	12,74
Шаньги с картофелем	100	11,86

Утверждаю:
 Директор Научно-образовательного комплекса

Меню

на ____16____ октября 2018 года

Рацион питания	Выход	Цена
Обед		
Салат из моркови, зелёного горошка	60	10,48
Суп картофельный с горохом, с мясом	250/10	18,85
Говядина, тушёная с капустой и яблоками	40/100	54,17
Сок фруктовый	200	18
Хлеб пшеничный/хлеб ржан	30/20	3,14
		104,64
Полдник		
Булочка "Октябрёнок" витаминизированная	40	3,11
К/м продукция ПСХ "Ангара" йогурт	200	22,66
	Итого:	25,77
Фрукт свежий (яблоки)	150	22,5
Дополнение		
Салат Петушок-гребешок	100	33,92
Салат из св капусты с перцем св	100	11,55
Рыба, тушёная с овощами	50/50	36,28
Напиток из изюма	200	7,65
Пирожки с печенью, рисом	75	14,29
Сосиски, запечёные в тесте	50/50	31,76

калькулятор

зав произв

Утверждаю:
Директор Научно-образовательного комплекса

Меню

на 17 октября 2018 года

Рацион питания	Выход	Цена
Обед		
Салат картофельный с огурцом	60	7,64
Щи из св капусты с мясом, сметаной прокипячёной	250/10/10	22,99
Шницель н/рубленный (горбуша) с маслом сливочным	75/5	43,49
Рис отварной	150	10,26
Напиток из изюма	200	7,65
Хлеб "Целебный" витаминизированный/хлеб ржан	30/20	3,56
	Итого:	95,59
Полдник		
Пирожки печёные с яблоками	75	9,46
Молоко ПСХ "Ангара"	200	17,94
	Итого:	27,40
Фрукты св (яблоки)	150	22,50
Дополнение		
Салат Пестрый	100	14,77
Салат Мясной со св огурцом	100	31,36
Рыба запеченая с овощами (горбуша)	50/50	40,01
Напиток из шиповника	200	8,12
Пирожок Сибирский	100	24,18
Кулебяка с капустой, сайрой	100	22,22

калькулятор

зав произв

Утверждаю:
Директор Научно-образовательного комплекса

Меню

на 18 октября 2018 года

Рацион питания	Выход	Цена
Обед		
Салат из св помидор	60	18,03
Борщ Сибирский с фрикадельками, сметаной прокипячёной	250/10/10	25,93
Печень по строгановски	50/35	43,26
Картофель отварной	150	13,24
Сок фруктовый	200	18,00
Хлеб пшеничный/хлеб ржан	30/20	3,14
	Итого:	121,60
Полдник		
Булочка Школьная	50	5,97
Молоко ПСХ "Ангара"	200	17,94
	Итого:	23,91
Дополнение		
Салат Гурман	100	24,36
Салат Сельский	100	26,58
Рыба жареная в яйце (горбуша)	60	36,51
Капуста жареная	150	14,04
Напиток из кураги	200	9,29
Сосиски запечёные в тесте	50/50	31,76
Пирожки печёные с картофелем	75	6,57

Утверждаю:
Директор Научно-образовательного комплекса

Меню

на 19 октября 2018 года

Рацион питания	Выход	Цена
Обед		
Салат из свеклы с маслом растительным	60	6,66
Рассольник Ленинградский с мясом , сметаной прокипячённой	250/10/10	26,24
Котлета "Здоровье" с соусом	50/50	29,08
Каша ячневая вязкая	150	4,37
Компот из св яблок	200	10,10
Хлеб пшеничный/хлеб ржан	30/20	3,14
	Итого:	79,59
Фрукты свежие (яблоки)	150	22,5
Полдник		
Ватрушка с творогом	75	18,17
К/м продукция ПСХ "Ангара" (снежок)	200	20,60
	Итого:	38,77
Дополнение		
Салат Школьные годы	100	15,85
Салат Домашний со св огурцами	100	26,99
Поджарка из свинины	50/15	54,97
Котлета по сарански из мяса птицы	58	30,70
Капуста тушёная	150	15,12
Булочка с повидлом	100	12,60
Хачапури с сыром, яйцом	93	26,25
Пицца школьная	100	28,19

**Меню на 15-20 октября 2018 года
горячего питания детей (в тч.из малообеспеченных и многодетных семей
согласно договора(из расчёта 62 рубля в день)**

Наименование блюд	Выход	цена	ккалл
" 15 " октября			
Овощи свежие (Салат витаминный)	30	3,73	10,00
Мясо отварное с соусом (40/40)	80	43,74	144,00
Рис припущенный	150	9,23	212,00
Чай с сахаром	200	2,55	57,00
Хлеб пшеничный	40	2,56	95,00
		61,81	518,00
" 16 " октября			
Мясопродукты (порционно колбаса в/к)	20	10,37	63,00
Омлет натуральный с маслом сливочным	105/5	31,56	307,00
Чай с сахаром, лимоном	200	5,34	59,00
Хлеб пшеничный	40	2,56	95,00
Булочка творожная	50	11,63	162,00
		61,46	686,00
" 17 " октября			
Овощи свежие (помидор св) порционно	20	4,08	4,00
Котлета рубленая из мяса птицы с соусом (60/50)	110	29,04	169,00
Каша гречневая вязкая	150	8,47	161,00
Сок фруктовый	200	18,00	110,00
Хлеб пшеничный	40	2,56	95,00
		62,15	539,00
" 18 " октября			
Овощи свежие(помидор св)порционно	30	6,12	4,00
Колбасные изделия отварные (сосиски) с маслом сливочным	50/5	28,68	126,00
Макаронные изделия отварные с сыром	150	18,38	196,00
Компот из с/фруктов	200	6,47	87,00
Хлеб пшеничный	40	2,56	95,00
		62,21	508,00
" 19 " октября			
растительным)	37	4,10	4,00
Рыба жареная с маслом сливочным (горбуша)	50/5	35,87	174,00
Картофельное пюре (молоко цельное)	150	13,75	154,00
Кисель "Молодецкий" витаминизированный	200	6,09	65,00
Хлеб пшеничный	40	2,56	95,00
		62,37	492,00
" 20 " октября			
Сыр (порционно)	15	9,31	54,00
Каша молочная с маслом сливочным (геркулес)	200/10	12,95	292,00
Напиток из ягод ("Ягодка")	200	9,68	80,00
Хлеб пшеничный	40	2,56	95,00
Фрукт свежий	1 шт	27,50	50,00
		62,00	571,00
		372,00	

Утверждаю:
Директор Научно-образовательного комплекса

и/п Капитула В. И.

**Меню на __15-20 октября__ 2018 года
горячего питания детей (в тч.из малообеспеченных и многодетных семей
согласно договора(из расчёта 72 рубля в день)**

Наименование блюд	Выход	цена	ккалл
" 15 " октября			
Овощи свежие (Салат витаминный)	30	3,73	15,00
Мясо отварное с соусом (50/50)	100	54,68	180,00
Рис припущенный	150	9,23	212,00
Чай с сахаром	200	2,55	57,00
Хлеб пшеничный	50	3,20	119,00
		73,39	583,00
" 16 " октября			
Тефтели из говядины с соусом (60/50)	110	29,87	178,00
Пюре овощное (картофельное пюре)	150	13,75	154,00
Чай с сахаром, лимоном	200	5,34	59,00
Хлеб пшеничный	40	2,57	95,00
Булочка творожная	50	11,63	162,00
		63,16	648,00
" 17 " октября			
Овощи св (порционно помидор св)	30	6,12	6,00
Котлета рубленая из мяса птицы с соусом (75/50)	125	35,91	220,00
Каша гречневая вязкая	150	8,47	161,00
Сок фруктовый	200	18,00	110,00
Хлеб пшеничный	50	3,20	119,00
		71,70	616,00
" 18 " октября			
Овощи свежие(помидор св)порционно	30	6,12	4
Колбасные изделия отварные (Сосиски)	75	38,79	126
Макаронные изделия отварные с сыром	150	18,38	196
Компот из с/фруктов	200	6,47	87
Хлеб пшеничный	50	3,20	119,00
		72,96	532
" 19 " октября			
Овощи свежие (Салат из моркови с маслом растительным)	30	3,33	15,00
Рыба жареная с маслом сливочным (горбуша)	75/5	52,42	252,00
Картофельное пюре (молоко цельное)	150	13,75	154,00
Кисель "Молодецкий" витаминизированный	200	6,09	65,00
Хлеб пшеничный	50	3,20	119,00
		78,79	605,00
" 20 " октября			
Салат овощей с сыром (из моркови с сыром)	60	10,25	94,00
Плов (грудка куриная) 50/100	150	49,23	295,00
Напиток из ягод ("Ягодка")	200	9,68	80,00
Хлеб пшеничный	50	2,84	119,00
		72,00	588,00
		432,00	

калькулятор

зав произв