

| Б | Ж | У | ЭЦ ккал | № ТТК | Наименование блюда | Выход г | Цена- руб. |
|--------------------------------|-------|--------|------------|----------|---|------------|---------------|
| Завтрак 7-11 лет | | | | | | | |
| 4,7 | 4,04 | 0,25 | 56,5 | 776 | Яйцо вареное | 1 шт. | 13,50 |
| 5,81 | 4,74 | 15,81 | 132,1 | 868 | Бутерброд с сыром (сыр Российский, хлеб пш) | 15/30 | 14,65 |
| 5,87 | 6,44 | 30,59 | 203,8 | 516а | Каша молочная ячневая с маслом (крупа ячневая) | 170/5 | 19,72 |
| 1,81 | 1,67 | 13,2 | 75 | 986 | Молоко 3,2%, соль йод., масло слив.) | 200 | 9,21 |
| 0,54 | 0,54 | 13,32 | 61,92 | - | Какое-напиток (кекао порошок, молоко, сахар) | 136 | 22,92 |
| 72,19 | 70,89 | 104,85 | 529,4 | - | Яблоко свежие | 596 | 80,00 |
| Итого | | | | | | | |
| Льготное питание | | | | | | | |
| Завтрак 12 лет и старше | | | | | | | |
| 4,7 | 4,04 | 0,25 | 56,5 | 776 | Яйцо вареное | 1 шт. | 13,50 |
| 5,81 | 4,74 | 15,81 | 132,1 | 868 | Бутерброд с сыром (сыр Российский, хлеб пш) | 15/30 | 14,65 |
| 6,93 | 9,69 | 36,03 | 239,1 | 516а | Каша молочная ячневая с маслом (крупа ячневая, молоко 3,2%, соль йод., масло слив.) | 200/10 | 22,01 |
| 1,81 | 1,67 | 13,2 | 75 | 986 | Какое-напиток (кекао порошок, молоко, сахар) | 200 | 9,21 |
| 0,6 | 0,6 | 14,9 | 71,44 | - | Яблоко свежие | 152 | 25,63 |
| 19,85 | 20,74 | 80,19 | 594,21 | - | Итого | 647 | 85,00 |
| Льготное питание | | | | | | | |
| Обед 7-11 лет | | | | | | | |
| 0,66 | 0,12 | 2,28 | 14 | 982 | Закуска порционная (помидоры свежие) | 60 | 12,12 |
| 6,01 | 8,29 | 15,76 | 161 | 1000 | Суп рисовый «Восточный» с фаршем (фарш говяж., крупа рисов., лук репч., морковь, томат. паста, чеснок, соль йодир.) | 15/250 | 25,48 |
| 11,20 | 11,95 | 9,53 | 190,5 | 207 | Биточки Здоровые с соусом красным основным (говядина, яйцо, манка, сухари паниров., соль йодир., масло подсолн., соус красный осн.) 60/30 | 90 | 37,22 |
| 4,4 | 3,93 | 25,33 | 187 | 307 | Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл.) | 150 | 9,68 |
| 0,3 | 0,04 | 10,99 | 45 | 977 | Чай с медом (чай, мед) | 200/18 | 11,67 |
| 2,92 | 0,39 | 19,89 | 97,5 | - | Хлеб пшеничный подорованный | 39 | 2,70 |
| 1,2 | 0,2 | 8 | 39 | - | Хлеб ржаной | 20 | 1,13 |
| 26,69 | 24,92 | 91,78 | 734,04 | - | Итого | 809 | 100,00 |
| Льготное питание | | | | | | | |
| Обед 12 лет и старше | | | | | | | |
| 1,1 | 0,2 | 3,8 | 24 | 982 | Закуска порционная (помидоры свежие) | 100 | 20,20 |
| 6,01 | 8,29 | 15,76 | 161 | 1000 | Суп рисовый «Восточный» с фаршем (фарш говяж., крупа рисов., лук репч., морковь, томат. паста, чеснок, соль йодир.) | 15/250 | 25,48 |
| 12,70 | 13,54 | 10,81 | 215,9 | 207 | Биточки Здоровые с соусом красным основным (говядина, яйцо, манка, сухари паниров., соль йодир., масло подсолн., соус красный осн.) 70/30 | 100 | 43,14 |
| 6,3 | 4,7 | 39,2 | 225 | 307 | Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл.) | 180 | 11,62 |
| 0,3 | 0,04 | 10,99 | 45 | 977 | Чай с медом (чай, мед) | 200/18 | 11,67 |
| 1,87 | 0,25 | 12,75 | 62,5 | - | Хлеб пшеничный подорованный | 26 | 1,76 |
| 1,2 | 0,2 | 8 | 39 | - | Хлеб ржаной | 20 | 1,13 |
| 29,48 | 27,22 | 101,31 | 772,44 | - | Итого | 876 | 115,00 |
| Льготное питание | | | | | | | |

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР
КАЛЬКУЛЯТОР
ЗАВ. ПРОИЗВОДСТВОМ

А.М.ШАХОВА
Т.Ю.ЛЫКОВА

<http://комбинат-гу.рф>

| Б | Ж | У | ЭЦ ккал | № ТТК | Наименование блюда | Выход г | Цена- руб. |
|--------------------------------|-------|-------|------------|----------|---|------------|---------------|
| Завтрак 7-11 лет | | | | | | | |
| 14,01 | 10,75 | 5,32 | 160 | 1034 | Хлебцы рыбные с маслом (горбуша, молоко 3,2%, яйцо соль йод., масло раст., масло сл.) | 15/5 | 39,50 |
| 3,6 | 4,78 | 36,4 | 193 | 552 | Рис отварной (крупа рисовая, масло слив., соль йод.) | 15/50 | 10,45 |
| 0 | 0 | 18,6 | 74 | 1014 | Напиток с витаминами «Витоглак» (соевое-сухая с витаминами, вода) | 200 | 7,65 |
| 1,87 | 0,25 | 12,75 | 62,5 | - | Хлеб пшеничный подорованный | 25 | 1,70 |
| 0,49 | 0,49 | 12,05 | 57,81 | - | Яблоко | 123 | 20,70 |
| 19,97 | 16,27 | 85,12 | 547,31 | - | Итого | 578 | 80,00 |
| Льготное питание | | | | | | | |
| Завтрак 12 лет и старше | | | | | | | |
| 14,94 | 11,22 | 5,61 | 168,5 | 1034 | Хлебцы рыбные с маслом (горбуша, молоко 3,2%, яйцо соль йод., масло раст., масло сл.) | 80/5 | 41,85 |
| 4,3 | 5,7 | 43,7 | 243 | 552 | Рис отварной (крупа рисовая, масло слив., соль йод.) | 180 | 12,54 |
| 0 | 0 | 18,6 | 74 | 1014 | Напиток с витаминами «Витоглак» (соевое-сухая с витаминами, вода) | 200 | 7,65 |
| 1,87 | 0,25 | 12,75 | 62,5 | - | Хлеб пшеничный подорованный | 25 | 1,70 |
| 0,5 | 0,5 | 12,35 | 59,22 | - | Яблоко | 126 | 21,26 |
| 21,68 | 17,74 | 94,56 | 615,7 | - | Итого | 616 | 85,00 |
| Льготное питание | | | | | | | |
| Обед 7-11 лет | | | | | | | |
| 2,01 | 6,07 | 8,66 | 116 | 197 | Пи из свежей капусты со сметаной (картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод, сметана.) | 250/10 | 16,24 |
| 9,04 | 20,23 | 2,1 | 226 | 636 | Соуски отварные с соусом красным основным (сосиска, соус красный основной) 80/30 | 110 | 44,22 |
| 8,2 | 5,3 | 35,9 | 224,6 | 632 | Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.) | 150 | 14,76 |
| 0,05 | 0,02 | 9,1 | 37 | 663 | Чай с сахаром (чай, сахар-песок) | 200 | 1,42 |
| 1,88 | 0,25 | 12,75 | 62,5 | - | Хлеб пшеничный подорованный | 25 | 1,70 |
| 1,2 | 0,2 | 8 | 39 | - | Хлеб ржаной | 20 | 1,13 |
| 0,49 | 0,49 | 11,96 | 57,34 | - | Яблоко | 122 | 20,53 |
| 22,87 | 32,56 | 88,47 | 762,44 | - | Итого | 887 | 100,00 |
| Льготное питание | | | | | | | |
| Обед 12 лет и старше | | | | | | | |
| 2,01 | 6,07 | 8,66 | 116 | 197 | Пи из свежей капусты со сметаной (картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод, сметана.) | 250/10 | 16,24 |
| 9,04 | 20,23 | 2,1 | 226 | 636 | Соуски отварные с соусом красным основным (сосиска, соус красный основной) 80/30 | 110 | 44,22 |
| 9,85 | 6,4 | 43,09 | 269 | 632 | Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.) | 180 | 17,71 |
| 0,05 | 0,02 | 9,1 | 37 | 663 | Чай с сахаром (чай, сахар-песок) | 200 | 1,42 |
| 1,88 | 0,25 | 12,75 | 62,5 | - | Хлеб пшеничный подорованный | 25 | 1,70 |
| 1,2 | 0,2 | 8 | 39 | - | Хлеб ржаной | 20 | 1,13 |
| 0,77 | 0,77 | 18,9 | 90,71 | - | Яблоко | 193 | 32,58 |
| 24,8 | 33,94 | 102,6 | 840,21 | - | Итого | 988 | 115,00 |
| Льготное питание | | | | | | | |

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР
КАЛЬКУЛЯТОР
ЗАВ. ПРОИЗВОДСТВОМ

А.М.ШАХОВА
Т.Ю.ЛЫКОВА

<http://комбинат-гу.рф>

| Б | Ж | У | ЭЦ ккал | № ТТК | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб. |
|--------------------------------|-------|-------|------------|----------|--|-------------|---------------|
| Завтрак 7-11 лет | | | | | | | |
| 8,51 | 14,06 | 10,3 | 201 | 1055 | Котлета мясная с соусом красным основным (говядина, свинина, хлеб, сухари паниров., соль йодир., масло подсолн., соус красный) | 60/30 | 30,98 |
| 2,8 | 3,8 | 22,3 | 135 | 313 | Картофель отварной (картофель, масло слив., соль йод.) | 150 | 24,46 |
| 0,22 | 0,05 | 9,22 | 38 | 432 | Чай с лимоном (чай, сахар-песок, лимон) | 200/4 | 2,38 |
| 1,87 | 0,25 | 12,75 | 62,5 | - | Хлеб пшеничный йодированный | 25 | 1,70 |
| 0,48 | 0,48 | 11,85 | 56,87 | - | Яблоко св | 121 | 20,48 |
| 13,88 | 18,64 | 66,42 | 493,37 | - | Итого | 590 | 80,00 |
| Льготное питание | | | | | | | |
| Завтрак 12 лет и старше | | | | | | | |
| 8,51 | 14,06 | 10,3 | 201 | 1055 | Котлета мясная с соусом красным основным (говядина, свинина, хлеб, сухари паниров., соль йодир., масло подсолн., соус красный, оси) | 60/30 | 30,98 |
| 3,4 | 4,6 | 26,7 | 162 | 313 | Картофель отварной (картофель, масло слив., соль йод.) | 180 | 29,35 |
| 0,22 | 0,05 | 9,22 | 38 | 432 | Чай с лимоном (чай, сахар-песок, лимон) | 200/4 | 2,38 |
| 1,87 | 0,25 | 12,75 | 62,5 | - | Хлеб пшеничный йодированный | 25 | 1,70 |
| 0,49 | 0,49 | 11,95 | 57,34 | - | Яблоко св | 122 | 20,59 |
| 14,49 | 19,45 | 70,92 | 520,84 | - | Итого | 618 | 85,00 |
| Льготное питание | | | | | | | |
| Обед 7-11 лет | | | | | | | |
| 0,42 | 0,06 | 1,14 | 6,6 | 982 | Закуска порционная (огурцы свежие) | 60 | 11,75 |
| 6,9 | 5,97 | 19,07 | 157 | 893 | Суп картофельный с макаронными изделиями, с фаршем (говядина, картофель, макар изд., морковь, лук репч., масло подсолн., соль йод.) | 15/250 | 33,81 |
| 12,06 | 11,78 | 6,95 | 191,29 | 252 | Сеченики Посольские с соусом белым оси (горбуша, хлеб пш., лук репч., молоко, яйцо, мука пшени., масло растит., соль йодир., соус белый оси) 70/30 | 100 | 31,16 |
| 3,59 | 4,2 | 35,6 | 195 | 297 | Рис розовый (крупа рисовая, масло слив., томат паста, соль йод.) | 150 | 9,04 |
| 0,15 | 0,15 | 12,64 | 52,6 | 668а | Компот из свежих яблок с вит С (яблоки, сахар, лимон, кислота, аскорб кислота) | 200 | 10,70 |
| 1,95 | 0,25 | 12,75 | 77 | - | Хлеб пшеничный йодированный | 31 | 2,12 |
| 1,5 | 0,25 | 10 | 49 | - | Хлеб ржаной | 25 | 1,42 |
| 25,53 | 25,94 | 86,79 | 728,49 | - | Итого | 831 | 100,00 |
| Льготное питание | | | | | | | |
| Обед 12 лет и старше | | | | | | | |
| 0,7 | 0,1 | 1,9 | 11 | 982 | Закуска порционная (огурцы свежие) | 100 | 19,58 |
| 6,9 | 5,97 | 19,07 | 157 | 893 | Суп картофельный с макаронными изделиями, с фаршем (говядина, картофель, макар изд., морковь, лук репч., масло подсолн., соль йод.) | 15/250 | 33,81 |
| 13,76 | 13,45 | 7,8 | 216,51 | 252 | Сеченики Посольские с соусом белым оси (горбуша, хлеб пш., лук репч., молоко, яйцо, мука пшени., масло растит., соль йодир., соус белый оси) 80/30 | 110 | 35,47 |
| 4,31 | 5,11 | 42,7 | 234 | 297 | Рис розовый (крупа рисовая, масло слив., томат паста, соль йод.) | 190 | 11,45 |
| 0,152 | 0,15 | 12,64 | 52,6 | 668а | Компот из свежих яблок с вит С (яблоки, сахар, лимон, кислота, аскорб кислота) | 200 | 10,70 |
| 2,4 | 0,32 | 16,32 | 80 | - | Хлеб пшеничный йодированный | 37 | 2,57 |
| 1,5 | 0,25 | 10 | 49 | - | Хлеб ржаной | 25 | 1,42 |
| 28,682 | 28,63 | 99,07 | 800,11 | - | Итого | 927 | 115,00 |
| Льготное питание | | | | | | | |

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР
КАЛЬКУЛЯТОР
ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

А.М.ШАХОВА
Т.Ю.ЛЫКОВА

<http://комбинат-гу.рф>

| Б | Ж | У | ЭЦ ккал | № ТТК | Наименование блюда | Выход, г | Цена, руб. |
|--------------------------------|--------|--------|------------|----------|--|-------------|---------------|
| Завтрак 7-11 лет | | | | | | | |
| 6,00 | 7,06 | 33,35 | 221,01 | 53а | Каша молочная Улыбка с маслом (крупа-рисовая, группа овсяная Теркулес, молоко 3,2%, соль-йод, Масло слив.) | 170/5 | 18,28 |
| 1,73 | 7,47 | 11,35 | 121,1 | 868 | Бутерброд с маслом (масло слив. хлеб) | 10/22 | 9,81 |
| 16,22 | 10,52 | 34,41 | 237 | 183 | Пудинг из творога (запеченный) со сухим молоком (творог 5%, сахар-песок, крупа манная, яйцо, масло раст., сухари паниров., сметан 15%, сухое молоко) | 100/20 | 46,08 |
| 1,55 | 1,45 | 2,17 | 29 | 603 | Чай с молоком (чай, молоко) | 50/150 | 5,83 |
| 25,5 | 26,5 | 81,28 | 608,11 | - | Итого | 527 | 80,00 |
| Льготное питание | | | | | | | |
| Завтрак 12 лет и старше | | | | | | | |
| 6,364 | 7,293 | 35,38 | 232,66 | 53а | Каша молочная Улыбка с маслом (крупа рисовая, группа овсяная Теркулес, молоко 3,2%, сахар, соль йод.) | 180/5 | 19,11 |
| 2,105 | 7,52 | 13,9 | 133,6 | 868 | Бутерброд с маслом (масло слив. хлеб) | 10/27 | 10,12 |
| 16,22 | 10,52 | 34,41 | 257 | 183 | Пудинг из творога (запеченный) со сухим молоком (творог 5%, сахар-песок, крупа манная, изюм, яйцо, масло раст., сухари паниров., сметан 15%, сухое молоко) | 110/20 | 49,94 |
| 1,55 | 1,45 | 2,17 | 29 | 603 | Чай с молоком (чай, молоко) | 50/150 | 5,83 |
| 26,239 | 26,783 | 85,86 | 652,26 | - | Итого | 552 | 85,00 |
| Льготное питание | | | | | | | |
| Обед 7-11 лет | | | | | | | |
| 7,298 | 10,66 | 18,0 | 187 | 157 | Суп картофельный с бобовыми, с колбасой п/к (картофель, горох, морковь, лук репч., масло раст., колбаса п/к) | 15/250 | 19,71 |
| 21,11 | 25,02 | 6,45 | 335,5 | 292 | Гуляш из курятины (грудка кур, лук, масло раст, мука, специи) 50/50 | 100 | 34,77 |
| 4,32 | 4,07 | 29,55 | 172 | 585 | Перловая отварная (крупа перловая, масло слив., соль йод.) | 150 | 7,05 |
| 1,04 | 0,056 | 20,2 | 77,9 | 669а | Компот из кураги с вит С (курага, сахар, лимон, кислота, аскорб кислота) | 200 | 11,96 |
| 1,87 | 0,25 | 12,75 | 62,5 | - | Хлеб пшеничный йодированный | 25 | 1,70 |
| 1,2 | 0,2 | 8 | 39 | - | Хлеб ржаной | 20 | 1,13 |
| 0,5 | 0,5 | 13,13 | 59 | - | Яблоко | 140 | 23,68 |
| 38,07 | 42,66 | 108,18 | 826,3 | - | Итого | 900 | 100,00 |
| Льготное питание | | | | | | | |
| Обед 12 лет и старше | | | | | | | |
| 7,298 | 10,66 | 18,0 | 187 | 157 | Суп картофельный с бобовыми, с колбасой п/к (картофель, горох, морковь, лук репч., масло раст., колбаса п/к) | 15/250 | 19,71 |
| 25,33 | 30,02 | 7,74 | 372,6 | 292 | Гуляш из курятины (грудка кур, лук, масло раст, мука, специи) 60/60 | 120 | 41,73 |
| 5,18 | 4,89 | 35,4 | 183,6 | 585 | Перловая отварная (крупа перловая, масло слив., соль йод.) | 180 | 8,47 |
| 1,04 | 0,056 | 20,2 | 77,9 | 669а | Компот из кураги с вит С (курага, сахар, лимон, кислота, аскорб кислота) | 200 | 11,96 |
| 1,87 | 0,25 | 12,75 | 52,5 | - | Хлеб пшеничный йодированный | 25 | 1,70 |
| 0,71 | 0,71 | 17,44 | 83 | - | Хлеб ржаной | 20 | 1,13 |
| 112,918 | 46,786 | 119,53 | 995,6 | - | Итого | 990 | 115,00 |
| Льготное питание | | | | | | | |

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР
КАЛЬКУЛЯТОР
ЗАВ ПРОИЗВОДСТВОМ

А.М.ШАХОВА
Т.Ю.ЛЫКОВА

<http://комбинат-гу.рф>