

А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "КИРОВСКИЙ "

М Е Н Ю 14 октября 2024г.

1 день

| Рецептура | Завтрак (младшие классы)                   | В ы х о д<br>(г) | Бел-ки<br>(г) | Жи-ры<br>(г) | Угле-воды<br>(г) | Энерг.ценн.<br>Ккал |
|-----------|--|------------------|---------------|--------------|------------------|---------------------|
| 184/2008  | Каша гречневая молочная с маслом сливочным | 180/5            | 9.6           | 8.47         | 35.1             | 237.51              |
| 1/2008    | Бутерброд с маслом сливочным               | 10/25            | 2.4           | 8.1          | 13.0             | 142.0               |
| 431/2008  | Чай с лимоном                              | 200/5            | 0.2           | 0.1          | 15.0             | 60.0                |
| 338/2011  | Яблоко свежее                              | 100              | 0.4           | 0.4          | 9.8              | 44.4                |
| ТТК 12.2  | Печенье в ассортименте                     | 25               | 3.0           | 2.5          | 11.2             | 69.0                |

Цена 104-40                      550                      15.60 19.57                      84.10 552.91

| Рецептура | Обед (младшие классы)                             | В ы х о д<br>(г) | Бел-ки<br>(г) | Жи-ры<br>(г) | Угле-воды<br>(г) | Энерг.ценн.<br>Ккал |
|-----------|---|------------------|---------------|--------------|------------------|---------------------|
| ТТК 1.1   | Огурец соленый порционно                          | 60               | 0.48          | 0.06         | 1.2              | 6.6                 |
| 72/2012   | Щи по-уральски с крупой и курой, со сметаной      | 200/5/5          | 2.1           | 3.1          | 10.1             | 109.2               |
| 313/2016  | Филе индейки по-строгановски                      | 100              | 9.3           | 13.5         | 5.47             | 195.4               |
| 331/2008  | Макаронные изделия отварные                       | 150              | 5.0           | 4.8          | 27.0             | 151.0               |
| ТТК 15.2  | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40               | 3.2           | 1.7          | 20.4             | 92.0                |
| ТТК 15.1  | Батон нарезной обогащенный микронутриентами       | 50               | 4.0           | 2.32         | 25.98            | 136.0               |
| 442/2008  | Сок фруктовый (яблочный)                          | 200              | 1.0           | 0.2          | 19.17            | 90.0                |

Цена 156-50                      810                      25.08 25.68 109.32 780.2  
Итого за день ...                      1360                      40.68 45.25 193.42 1333.11

| Рецептура | Обед (старшие классы)                             | В ы х о д<br>(г) | Бел-ки<br>(г) | Жи-ры<br>(г) | Угле-воды<br>(г) | Энерг.ценн.<br>Ккал |
|-----------|---|------------------|---------------|--------------|------------------|---------------------|
| ТТК 1.5   | Огурец соленый порционно                          | 100              | 0.8           | 0.1          | 2.0              | 11.66               |
| 72/2012   | Щи по-уральски с крупой и курой, со сметаной      | 250/15/10        | 3.0           | 4.53         | 13.2             | 147.1               |
| 313/2016  | Филе индейки по-строгановски                      | 100              | 9.3           | 13.5         | 5.47             | 195.4               |
| ТТК 5.1   | Макаронные изделия отварные с сыром               | 200/15           | 15.8          | 16.1         | 37.5             | 358.0               |
| ТТК 15.4  | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 60               | 4.8           | 2.55         | 30.6             | 138.0               |
| ТТК 15.1  | Батон нарезной обогащенный микронутриентами       | 50               | 4.0           | 2.32         | 25.98            | 136.0               |
| 442/2008  | Сок фруктовый (яблочный)                          | 200              | 1.0           | 0.2          | 19.17            | 90.0                |
| 338/2011  | Яблоко свежее                                     | 150              | 0.6           | 0.6          | 14.0             | 64.0                |
| ТТК 14.1  | Плюшка "Московская"                               | 100              | 8.62          | 14.4         | 61.65            | 329.8               |

Цена 306-80                      1250                      47.92 54.30 209.57 1469.96

Генеральный директор Комбината  
Жданова Е.Е.

Зав. производством:  
Макарова С.И.

Калькулятор:  
Зубрева М.И.

А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "КИРОВСКИЙ "

М Е Н Ю 15 октября 2024г.

2 день

| Рецептура | Завтрак (младшие классы)                    | В ы х о д<br>(г) | Бел-ки<br>(г) | Жи-ры<br>(г) | Угле-воды<br>(г) | Энерг.ценн.<br>Ккал |
|-----------|---|------------------|---------------|--------------|------------------|---------------------|
| 224/2008  | Запеканка из творога со сгущенным молоком   | 150/20           | 16.38         | 16.6         | 26.7             | 374.4               |
| ТТК 15.3  | Батон нарезной обогащенный микронутриентами | 25               | 2.0           | 1.16         | 12.99            | 68.0                |
| 430/2008  | Чай с сахаром                               | 200              | 0.2           | 0.1          | 15.0             | 60.0                |
| 338/2011  | Апельсин свежий                             | 170              | 1.53          | 0.34         | 13.77            | 73.1                |

Цена 104-40      565      20.11 18.20 68.46 575.50

| Рецептура | Обед (младшие классы)                                       | В ы х о д<br>(г) | Бел-ки<br>(г) | Жи-ры<br>(г) | Угле-воды<br>(г) | Энерг.ценн.<br>Ккал |
|-----------|---|------------------|---------------|--------------|------------------|---------------------|
| ТТК 1.2   | Салат из свежей капусты с огурцом                           | 60               | 0.78          | 3.2          | 5.7              | 53.1                |
| 76/2008   | Борщ с капустой и картофелем, отварной говядиной и сметаной | 200/5/5          | 3.46          | 4.63         | 9.51             | 93.3                |
| ТТК 9.1   | Шницель рубленный мясной                                    | 90               | 11.3          | 10.5         | 8.47             | 174.5               |
| 325/2008  | Рис отварной  | 150              | 3.7           | 6.3          | 26.18            | 203.0               |
| ТТК 15.2  | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами           | 40               | 3.2           | 1.7          | 20.4             | 92.0                |
| ТТК 15.1  | Батон нарезной обогащенный микронутриентами                 | 50               | 4.0           | 2.32         | 25.98            | 136.0               |
| ТТК 13.1  | Компот из свежих яблок                                      | 200              | 0.2           | 0.2          | 20.1             | 87.8                |

Цена 156-50      800      26.64 28.85 116.34 839.7  
 Итого за день ...      1365      46.75 47.05 184.80 1415.20

| Рецептура | Обед (старшие классы)                                       | В ы х о д<br>(г) | Бел-ки<br>(г) | Жи-ры<br>(г) | Угле-воды<br>(г) | Энерг.ценн.<br>Ккал |
|-----------|---|------------------|---------------|--------------|------------------|---------------------|
| ТТК 1.6   | Салат из свежей капусты с огурцом                           | 100              | 1.3           | 5.33         | 9.5              | 88.3                |
| 76/2008   | Борщ с капустой и картофелем, отварной говядиной и сметаной | 250/10/5         | 5.32          | 7.1          | 14.4             | 159.7               |
| ТТК 9.7   | Шницель рубленный мясной                                    | 100              | 12.9          | 9.96         | 9.41             | 193.8               |
| 325/2008  | Рис отварной  | 200              | 7.2           | 8.4          | 34.9             | 255.5               |
| ТТК 15.4  | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами           | 60               | 4.8           | 2.55         | 30.6             | 138.0               |
| ТТК 15.1  | Батон нарезной обогащенный микронутриентами                 | 50               | 4.0           | 2.32         | 25.98            | 136.0               |
| ТТК 13.1  | Компот из свежих яблок                                      | 200              | 0.2           | 0.2          | 20.1             | 87.8                |
| 338/2011  | Апельсин свежий   | 170              | 1.53          | 0.34         | 13.77            | 73.1                |
| ТТК 12.5  | Печенье в ассортименте                                      | 75               | 9.0           | 7.5          | 33.6             | 207.0               |

Цена 306-80      1220      46.25 43.70 192.26 1339.20

Генеральный директор Комбината  
 Жданова Е.Е.

Зав. производством:  
 Макарова С.И.

Калькулятор:  
 Зубрева М.И.

А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "КИРОВСКИЙ "

М Е Н Ю 16 октября 2024г.

3 день

| Рецептура | Завтрак (младшие классы)                              | В ы х о д | Бел-ки | Жи-ры | Угле-воды | Энерг.ценн. |
|-----------|---|-----------|--------|-------|-----------|-------------|
|           |   | (г)       | (г)    | (г)   | (г)       | Ккал        |
| 190/2008  | Каша из пшена и риса молочная жидкая ("Дружба")       | 180       | 5.73   | 9.25  | 27        | 207.2       |
| ТТК 1.3   | Бутерброд с джемом                                    | 20/25     | 2.2    | 1.2   | 16.8      | 86.8        |
| 433/2008  | Какао с молоком                                       | 200       | 2.9    | 2.5   | 19.6      | 134         |
| ТТК 16.1  | Йогурт фруктовый м.д.ж.2.5% в индивидуальной упаковке | 100       | 4.1    | 2.5   | 4.9       | 87.0        |
| 338/2011  | Груша свежая  | 130       | 0.52   | 0.4   | 13.4      | 61.1        |

Цена 104-40                      655                      15.45 15.85 81.7                      576.10

| Рецептура   | Обед (младшие классы)                                    | В ы х о д | Бел-ки | Жи-ры | Угле-воды | Энерг.ценн. |
|-------------|--|-----------|--------|-------|-----------|-------------|
|             |  | (г)       | (г)    | (г)   | (г)       | Ккал        |
| 52/209/2011 | Салат из свеклы с яйцом                                  | 60/20     | 3.61   | 7.0   | 3.6       | 100.0       |
| 82/2012     | Суп с макаронными изделиями, картофелем и курой отварной | 200/5     | 3.1    | 2.24  | 13.2      | 93.6        |
| ТТК 8.1     | Ватрушка рыбная запеченная (из горбуши)                  | 90        | 9.8    | 8.65  | 9.44      | 151.76      |
| 333/2008    | Картофель отварной                                       | 150       | 2.88   | 5.3   | 22.8      | 151.9       |
| ТТК 15.2    | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами        | 40        | 3.2    | 1.7   | 20.4      | 92.0        |
| ТТк 15.1    | Батон нарезной обогащенный микронутриентами              | 50        | 4.0    | 2.32  | 25.98     | 136.0       |
| ТТК 13.2    | Компот из апельсинов                                     | 200       | 0.5    | 0.1   | 24.1      | 95.2        |

Цена 156-50                      815                      27.09 27.31 119.52 820.46  
Итого за день ...                      1470                      42.54 43.16 201.22 1396.56

| Рецептура   | Обед (старшие классы)                                    | В ы х о д | Бел-ки | Жи-ры | Угле-воды | Энерг.ценн. |
|-------------|--|-----------|--------|-------|-----------|-------------|
|             |  | (г)       | (г)    | (г)   | (г)       | Ккал        |
| 52/209/2011 | Салат из свеклы с яйцом                                  | 80/20     | 4.51   | 8.75  | 4.5       | 125.0       |
| 82/2012     | Суп с макаронными изделиями, картофелем и курой отварной | 250/15    | 4.0    | 2.9   | 17.06     | 121.0       |
| ТТК 8.2     | Ватрушка рыбная запеченная (из горбуши)                  | 100       | 10.88  | 9.6   | 10.5      | 168.62      |
| 333/2008    | Картофель отварной                                       | 200       | 3.8    | 7.1   | 30.4      | 201.8       |
| ТТК 15.4    | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами        | 60        | 4.8    | 2.55  | 30.6      | 138.0       |
| ТТк 15.1    | Батон нарезной обогащенный микронутриентами              | 50        | 4.0    | 2.32  | 25.98     | 136.0       |
| ТТК 13.2    | Компот из апельсинов                                     | 200       | 0.5    | 0.1   | 24.1      | 95.2        |
| ТТК 16.1    | Йогурт фруктовый м.д.ж.2.5% в индивидуальной упаковке    | 100       | 4.1    | 2.5   | 4.9       | 87.0        |
| 338/2011    | Груша свежая   | 150       | 0.6    | 0.45  | 15.45     | 70.50       |
| ТТК 14.2    | Булочка "Домашняя"                                       | 100       | 7.2    | 10.8  | 49.8      | 300.6       |

Цена 306-80                      1325                      44.39 47.07 213.29 1443.72

Генеральный директор Комбината  
Жданова Е.Е.

Зав. производством:  
Макарова С.И.

Калькулятор:  
Зубрева М.И.

А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "КИРОВСКИЙ "

М Е Н Ю 17 октября 2024г.

4 день

| Рецептура   | Завтрак (младшие классы)                   | В ы х о д | Бел-ки | Жи-ры | Угле-воды | Энерг.ценн. |
|-------------|--|-----------|--------|-------|-----------|-------------|
|             |  | (г)       | (г)    | (г)   | (г)       | Ккал        |
| 189/2008    | Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 180/5     | 10.0   | 7.63  | 31.6      | 213.64      |
| 430/2008    | Чай с сахаром                              | 200       | 0.2    | 0.1   | 15.0      | 60.0        |
| 3/2008      | Бутерброд с сыром                          | 10/5/25   | 4.4    | 12.42 | 13.0      | 179.33      |
| 338/2011    | Мандарин свежий                            | 100       | 0.8    | 0.1   | 7.5       | 38.0        |
| Цена 104-40 |  | 525       | 15.40  | 20.25 | 67.10     | 490.97      |

| Рецептура         | Обед (младшие классы)                               | В ы х о д | Бел-ки | Жи-ры | Угле-воды | Энерг.ценн. |
|-------------------|---|-----------|--------|-------|-----------|-------------|
|                   |   | (г)       | (г)    | (г)   | (г)       | Ккал        |
| 40/2008           | Салат из квашеной капусты                           | 60        | 0.96   | 3.06  | 4.62      | 49.8        |
| 81/116/2012       | Суп картофельный с горохом и гренками               | 200/5     | 4.22   | 2.7   | 16.12     | 114.7       |
| 275/2016          | Бефстроганов из отварной говядины в сметанном соусе | 90        | 9.44   | 10.0  | 3.78      | 170.0       |
| 323/2008          | Каша гречневая рассыпчатая                          | 150       | 3.6    | 5.6   | 32.1      | 206.0       |
| ТТК 15.2          | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами   | 40        | 3.2    | 1.7   | 20.4      | 92.0        |
| ТТК 15.1          | Батон нарезной обогащенный микронутриентами         | 50        | 4.0    | 2.32  | 25.98     | 136.0       |
| 442/2008          | Сок фруктовый (персиковый)                          | 200       | 1.0    | 0.2   | 15.0      | 76.0        |
| Цена 156-50       |   | 795       | 26.42  | 25.58 | 118.00    | 844.5       |
| Итого за день ... |   | 1320      | 41.82  | 45.83 | 185.10    | 1335.47     |

| Рецептура   | Обед (старшие классы)                               | В ы х о д | Бел-ки | Жи-ры | Угле-воды | Энерг.ценн. |
|-------------|---|-----------|--------|-------|-----------|-------------|
|             |   | (г)       | (г)    | (г)   | (г)       | Ккал        |
| 40/2008     | Салат из квашеной капусты                           | 100       | 1.6    | 5.1   | 7.7       | 83.0        |
| 81/116/2012 | Суп картофельный с горохом и гренками               | 250/10    | 7.0    | 4.85  | 20.15     | 164.0       |
| 275/2016    | Бефстроганов из отварной говядины в сметанном соусе | 100       | 10.5   | 11.11 | 4.2       | 189.0       |
| 323/2008    | Каша гречневая рассыпчатая                          | 200       | 4.8    | 7.4   | 42.8      | 274.0       |
| ТТК 15.4    | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами   | 60        | 4.8    | 2.55  | 30.6      | 138.0       |
| ТТК 15.1    | Батон нарезной обогащенный микронутриентами         | 50        | 4.0    | 2.32  | 25.98     | 136.0       |
| 442/2008    | Сок фруктовый (персиковый)                          | 200       | 1.0    | 0.2   | 15.0      | 76.0        |
| 338/2011    | Мандарин свежий                                     | 150       | 1.2    | 0.15  | 11.2      | 57.0        |
| ТТК 14.1    | Плюшка "Московская"                                 | 100       | 8.62   | 14.4  | 61.65     | 329.8       |
| Цена 306-80 |   | 1220      | 43.52  | 48.08 | 219.28    | 1446.80     |

Генеральный директор Комбината  
Жданова Е.Е.

Зав. производством:  
Макарова С.И.

Калькулятор:  
Зубрева М.И.

А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "КИРОВСКИЙ "

М Е Н Ю 18 октября 2024г.

5 день

| Рецептура   | Завтрак (младшие классы)  | В ы х о д | Бел-ки | Жи-ры | Угле-воды | Энерг.ценн. |
|-------------|---------------------------|-----------|--------|-------|-----------|-------------|
|             |                           | (г)       | (г)    | (г)   | (г)       | Ккал        |
| ТТК 5.2     | Макароны отварные с сыром | 160/15    | 13.4   | 13.9  | 32.6      | 303.5       |
| ТТК 1.3     | Бутерброд с джемом        | 20/25     | 2.2    | 1.2   | 16.8      | 86.8        |
| 431/2008    | Чай с лимоном             | 200/5     | 0.2    | 0.1   | 15.0      | 60.0        |
| 338/2011    | Яблоко свежее             | 100       | 0.4    | 0.4   | 9.8       | 44.4        |
| Цена 104-40 |                           | 525       | 16.20  | 15.60 | 74.20     | 494.70      |

| Рецептура         | Обед (младшие классы)   | В ы х о д | Бел-ки | Жи-ры | Угле-воды | Энерг.ценн. |
|-------------------|---|-----------|--------|-------|-----------|-------------|
|                   |   | (г)       | (г)    | (г)   | (г)       | Ккал        |
| 51/2008           | Винегрет овощной  | 60        | 0.8    | 6.1   | 4.0       | 73.8        |
| 91/2008           | Рассольник ленинградский с перловой крупой, отварной курицей и сметаной | 200/5/5   | 3.4    | 5.2   | 17.76     | 130.2       |
| ТТК 9.2           | Голубцы ленивые   | 240       | 16.42  | 13.52 | 22.4      | 286.6       |
| ТТК 15.2          | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами                       | 40        | 3.2    | 1.7   | 20.4      | 92.0        |
| ТТК 15.1          | Батон нарезной обогащенный микронутриентами                             | 50        | 4.0    | 2.32  | 25.98     | 136.0       |
| ТТК 13.3          | Кисель из плодов шиповника  | 200       | 0.2    | 0.1   | 26.2      | 108.4       |
| Цена 156-50       |   | 800       | 28.02  | 28.94 | 116.74    | 827         |
| Итого за день ... |   | 1325      | 44.22  | 44.54 | 190.94    | 1321.70     |

| Рецептура   | Обед (старшие классы)   | В ы х о д | Бел-ки | Жи-ры | Угле-воды | Энерг.ценн. |
|-------------|---|-----------|--------|-------|-----------|-------------|
|             |   | (г)       | (г)    | (г)   | (г)       | Ккал        |
| 51/2008     | Винегрет овощной  | 100       | 1.33   | 8.2   | 6.66      | 123.3       |
| 91/2008     | Рассольник ленинградский с перловой крупой, отварной курицей и сметаной | 250/10/5  | 4.7    | 7.0   | 28.3      | 170.8       |
| ТТК 9.17    | Голубцы ленивые   | 300       | 21.6   | 18.75 | 26.92     | 361.7       |
| ТТК 15.4    | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами                       | 60        | 4.8    | 2.55  | 30.6      | 138.0       |
| ТТК 15.1    | Батон нарезной обогащенный микронутриентами                             | 50        | 4.0    | 2.32  | 25.98     | 136.0       |
| ТТК 13.3    | Кисель из плодов шиповника  | 200       | 0.2    | 0.1   | 26.2      | 108.4       |
| 338/2011    | Яблоко свежее   | 150       | 0.6    | 0.6   | 14.0      | 64.0        |
| ТТК 14.3    | Сдоба обыкновенная  | 75        | 5.7    | 14.9  | 37.2      | 246.0       |
| Цена 306-80 |   | 1200      | 42.93  | 54.42 | 195.86    | 1348.2      |

Генеральный директор Комбината  
Жданова Е.Е.

Зав. производством:  
Макарова С.И.

Калькулятор:  
Зубрева М.И.

А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "КИРОВСКИЙ "

М Е Н Ю 19 октября 2024г.

6 день

| Рецептура | Обед (старшие классы)   | В ы х о д<br>(г) | Бел-<br>ки<br>(г) | Жи-<br>ры<br>(г) | Угле-<br>воды<br>(г) | Энерг.<br>ценн.<br>Ккал |
|-----------|---|------------------|-------------------|------------------|----------------------|-------------------------|
| 71/2011   | Салат из свежей моркови с яблоком                                   | 100              | 0.85              | 0.1              | 7.86                 | 83.33                   |
| 70/2012   | Щи из квашеной капусты с картофелем,<br>отварной курицей и сметаной | 250/15/10        | 6.1               | 8.3              | 22.0                 | 187.1                   |
| ТТК 9.9   | Печень, тушенная в соусе  | 100/40           | 13.5              | 18.9             | 17.0                 | 271.5                   |
| 335/2008  | Пюре картофельное   | 200              | 5.8               | 7.2              | 24.8                 | 188.0                   |
| ТТК 15.4  | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный<br>микронутриентами                | 60               | 4.8               | 2.55             | 30.6                 | 138.0                   |
| ТТК 15.1  | Батон нарезной обогащенный микронутриентами                         | 50               | 4.0               | 2.32             | 25.98                | 136.0                   |
| ТТК 13.1  | Компот из свежих яблок  | 200              | 0.2               | 0.2              | 20.1                 | 87.8                    |
| ТТК 16.1  | Йогурт фруктовый м.д.ж.2.5%<br>в индивидуальной упаковке            | 100              | 4.1               | 2.5              | 4.9                  | 87.0                    |
| 338/2011  | Апельсин свежий   | 170              | 1.53              | 0.34             | 13.77                | 73.1                    |
| ТТК 12.3  | Пряник  | 60               | 3.6               | 1.8              | 46.8                 | 201.6                   |
|           | Цена 306-80   | 1355             | 44.48             | 44.21            | 213.81               | 1453.43                 |

Генеральный директор Комбината  
Жданова Е.Е.

Зав. производством:  
Макарова С.И.

Калькулятор:  
Зубрева М.И.