

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «Торговый дом Кубань»

А.Л.Жваков

СОГЛАСОВАНО:

Директор

г.Новороссийск



# МЕНЮ

## ДЕНЬ № 1

**Период: зима-весна; Возрастная категория 12-18 лет.**

| Наименование блюда                             | Стоимость<br>за блюдо | Вес<br>блюда | Пищевые вещества ( г ) |       |          |
|------------------------------------------------|-----------------------|--------------|------------------------|-------|----------|
|                                                |                       |              | белки                  | жиры  | углеводы |
|                                                |                       |              | Б                      | Ж     | У        |
| ЗАВТРАК                                        |                       |              |                        |       |          |
| Наггетсы                                       | 52,10                 | 100          | 11,91                  | 5,70  | 17,64    |
| Ризотто                                        | 78,20                 | 180          | 4,01                   | 4,87  | 30,03    |
| Сок фруктовый (персиковый)                     | 7,54                  | 200          | 1,00                   | 0,00  | 23,40    |
| Хлеб пшеничный                                 | 2,30                  | 40           | 0,80                   | 0,52  | 2,68     |
| Хлеб ржаной                                    | 2,50                  | 40           | 1,87                   | 0,66  | 17,38    |
| Фрукты свежие (яблоко)                         | 7,24                  | 100          | 0,40                   | 0,40  | 9,80     |
| Итого за завтрак                               |                       | 660          | 19,99                  | 12,15 | 118,93   |
| Стоимость завтрака                             | 149,88                |              |                        |       |          |
| ОБЕД                                           |                       |              |                        |       |          |
| Горошек зелёный                                | 15,80                 | 100          | 2,83                   | 0,17  | 5,836    |
| Борщ из свежей капусты со сметаной             | 16,10                 | 250          | 1,44                   | 5,17  | 6,19     |
| Омлет с сыром                                  | 116,10                | 215          | 14,56                  | 28,06 | 4,61     |
| Масло сливочное (порциями)                     | 8,71                  | 10           | 0,10                   | 7,20  | 0,10     |
| Кофейный напиток с молоком                     | 19,71                 | 195          | 6,17                   | 4,89  | 27,44    |
| Хлеб пшеничный                                 | 4,03                  | 70           | 1,40                   | 0,91  | 36,094   |
| Хлеб ржаной                                    | 2,50                  | 40           | 1,88                   | 0,65  | 17,37    |
| Итого за обед                                  |                       | 880          | 28,38                  | 47,05 | 97,64    |
| Стоимость за обед                              | 182,95                |              |                        |       |          |
| ПОЛДНИК                                        |                       |              |                        |       |          |
| Сок фруктовый (яблочный)                       | 7,54                  | 200          | 1,08                   | 0,20  | 20,20    |
| Котлеты рубленые из<br>птицы с соусом молочным | 85,80                 | 120          | 10,03                  | 4,02  | 15,14    |
| Хлеб ржаной                                    | 1,87                  | 30           | 1,40                   | 0,50  | 13,03    |
| Итого за полдник                               |                       | 350          | 12,51                  | 4,72  | 48,37    |
| Стоимость за полдник                           | 95,21                 |              |                        |       |          |

Зав.производством

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «Торговый дом Кубань»

А.Л. Жваков

СОГЛАСОВАНО:

Директор \_\_\_\_\_

г.Новороссийск



# МЕНЮ

## ДЕНЬ № 2

**Период: зима-весна; Возрастная категория 12-18 лет.**

| Наименование блюда                       | Стоимость<br>за блюдо | Вес<br>блюда | Пищевые вещества ( г ) |       |          |
|------------------------------------------|-----------------------|--------------|------------------------|-------|----------|
|                                          |                       |              | белки                  | жиры  | углеводы |
|                                          |                       |              | Б                      | Ж     | У        |
| ЗАВТРАК                                  |                       |              |                        |       |          |
| Печень по-строгановски                   | 71,63                 | 110          | 15,85                  | 10,69 | 7,12     |
| Макароны отварные и /овощи               | 43,30                 | 150          | 5,55                   | 4,95  | 26,65    |
| консервирован. Отварные (сложный гарнир) | 7,67                  | 35           | 0,70                   | 0,09  | 3,59     |
| Чай с лимоном                            | 5,06                  | 200          | 0,31                   | 0,00  | 6,35     |
| Блины со сметаной                        | 9,93                  | 80 /10       | 5,81                   | 5,69  | 23,032   |
| Хлеб пшеничный                           | 2,30                  | 45           | 0,90                   | 0,57  | 21,472   |
| Хлеб ржаной                              | 2,50                  | 30           | 1,40                   | 0,50  | 13,03    |
| Итого за завтрак                         |                       | 660          | 30,52                  | 22,49 | 101,24   |
| Стоимость завтрака                       | 142,39                |              |                        |       |          |
| ОБЕД                                     |                       |              |                        |       |          |
| Икра свекольная                          | 8,02                  | 100          | 1,50                   | 3,60  | 8,50     |
| Суп картофельный с крупой                | 22,02                 | 250          | 2,78                   | 3,53  | 12,30    |
| Говядина тушёная с капустой              | 62,90                 | 200          | 12,68                  | 17,00 | 17,17    |
| Сок фруктовый (абрикосовый)              | 7,54                  | 200          | 1,00                   | 0,00  | 25,40    |
| Кондитерские изделия (печенье)           | 2,22                  | 30           | 2,06                   | 5,04  | 22,73    |
| Хлеб пшеничный                           | 4,03                  | 70           | 1,40                   | 0,91  | 36,094   |
| Хлеб ржаной                              | 2,50                  | 40           | 1,86                   | 0,66  | 17,37    |
| Фрукты свежие (яблоки)                   | 7,24                  | 100          | 0,40                   | 0,40  | 9,80     |
| Итого за обед                            |                       | 990          | 23,68                  | 31,14 | 149,36   |
| Стоимость за обед                        | 116,47                |              |                        |       |          |
| ПОЛДНИК                                  |                       |              |                        |       |          |
| Кисель малиновый с яблоком               | 11,35                 | 200          | 0,06                   | 0,00  | 12,81    |
| Биточки из печени и /соус                | 25,76                 | 100          | 7,22                   | 5,06  | 14,45    |
| молочный                                 | 3,78                  | 20           | 0,41                   | 1,05  | 1,41     |
| Хлеб ржаной                              | 2,50                  | 30           | 1,40                   | 0,50  | 13,03    |
| Итого за полдник                         |                       | 350          | 9,09                   | 6,61  | 41,70    |
| Стоимость за полдник                     | 43,39                 |              |                        |       |          |

Зав.производством \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор ООО «Торговый дом Кубань»  
Торговль А.Е. Жваков



СОГЛАСОВАНО:  
Директор \_\_\_\_\_

г.Новороссийск

# МЕНЮ

## ДЕНЬ № 3

Период: зима-весна; Возрастная категория 12-18 лет.

| Наименование блюда                                 | Стоимость<br>за блюдо | Вес<br>блюда | Пищевые вещества( г ) |       |          |
|----------------------------------------------------|-----------------------|--------------|-----------------------|-------|----------|
|                                                    |                       |              | белки                 | жиры  | углеводы |
|                                                    |                       |              | Б                     | Ж     | У        |
| ЗАВТРАК                                            |                       |              |                       |       |          |
| Запеканка из творога с какао                       | 70,39                 | 160          | 19,44                 | 7,49  | 29,20    |
| и / соус абрикосовый                               | 2,55                  | 40           | 0,76                  | 0,00  | 14,06    |
| Кофейный напиток с молоком                         | 19,20                 | 200          | 6,50                  | 5,10  | 15,70    |
| Масло сливочное (порциями)                         | 8,71                  | 10           | 0,10                  | 7,20  | 0,1      |
| Хлеб пшеничный                                     | 2,30                  | 40           | 0,80                  | 0,52  | 20,68    |
| Фрукты свежие (яблоко)                             | 7,24                  | 100          | 0,40                  | 0,40  | 9,80     |
| Итого за завтрак                                   |                       | 550          | 28,00                 | 20,71 | 89,54    |
| Стоимость завтрака                                 | 110,39                |              |                       |       |          |
| ОБЕД                                               |                       |              |                       |       |          |
| Овощи консервированные порциями (капуста квашеная) | 12,50                 | 100          | 1,71                  | 5,00  | 8,24     |
| Суп картофельный с бобовыми                        | 36,10                 | 250          | 6,30                  | 3,58  | 14,60    |
| Рыба запечённая                                    | 48,10                 | 120          | 20,82                 | 12,11 | 14,17    |
| Пюре картофельное                                  | 26,95                 | 180          | 3,68                  | 5,76  | 24,536   |
| Компот из смеси сухофруктов                        | 10,14                 | 200          | 0,50                  | 0,00  | 19,80    |
| Хлеб пшеничный                                     | 4,03                  | 70           | 1,40                  | 0,91  | 36,094   |
| Хлеб ржаной                                        | 2,50                  | 40           | 1,87                  | 0,66  | 17,37    |
| Итого за обед                                      |                       | 960          | 36,28                 | 28,02 | 134,81   |
| Стоимость за обед                                  | 140,32                |              |                       |       |          |
| ПОЛДНИК                                            |                       |              |                       |       |          |
| Кисломолочный напиток Кефир (м. д. ж. 2,5%)        | 14,42                 | 200          | 5,80                  | 5,00  | 8,00     |
| Котлеты морковные с творогом                       | 43,91                 | 120          | 4,13                  | 4,02  | 11,005   |
| Хлеб пш. (батон)                                   | 1,73                  | 30           | 1,155                 | 0,57  | 11,09    |
| Итого за полдник                                   |                       | 350          | 11,08                 | 9,59  | 30,09    |
| Стоимость за полдник                               | 60,06                 |              |                       |       |          |

Зав.производством \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «Торговый дом Кубань»



А.Л. Жваков

СОГЛАСОВАНО:

Директор \_\_\_\_\_

г.Новороссийск

# МЕНЮ

## ДЕНЬ № 4

**Период: зима-весна; Возрастная категория 12-18 лет.**

| Наименование блюда                              | Стоимость<br>за блюдо | Вес<br>блюда | Пищевые вещества ( г ) |       |          |
|-------------------------------------------------|-----------------------|--------------|------------------------|-------|----------|
|                                                 |                       |              | белки                  | жиры  | углеводы |
|                                                 |                       |              | Б                      | Ж     | У        |
| ЗАВТРАК                                         |                       |              |                        |       |          |
| Морковь по-корейски                             | 8,13                  | 100          | 1,10                   | 6,19  | 5,20     |
| Говядина тушная                                 | 79,56                 | 100          | 6,80                   | 5,69  | 9,01     |
| Картофель по- деревенски с сыром                | 44,60                 | 180          | 5,34                   | 13,05 | 28,38    |
| Компот из яблок с лимоном                       | 13,47                 | 200          | 0,29                   | 0,22  | 9,28     |
| Хлеб пшеничный                                  | 2,30                  | 40           | 0,80                   | 0,50  | 20,68    |
| Хлеб ржаной                                     | 2,50                  | 30           | 1,40                   | 0,50  | 13,03    |
| Итого за завтрак                                |                       | 650          | 15,73                  | 26,15 | 85,58    |
| Стоимость завтрака                              | 150,56                |              |                        |       |          |
| ОБЕД                                            |                       |              |                        |       |          |
| Огурец в нарезке                                | 12,02                 | 100          | 0,80                   | 0,20  | 2,50     |
| Суп из овощей со сметаной                       | 19,06                 | 250          | 2,12                   | 5,19  | 6,49     |
| Котлетышкольные                                 | 82,06                 | 100          | 15,30                  | 11,00 | 13,30    |
| Каша вязкая гречневая                           | 24,05                 | 180          | 5,50                   | 6,01  | 21,03    |
| Кондитерские изделия (вафли)                    | 3,60                  | 22,5         | 0,88                   | 6,89  | 14,17    |
| Молоко кипячёное                                | 17,78                 | 200          | 5,80                   | 5,30  | 9,10     |
| Хлеб пшеничный                                  | 2,89                  | 60           | 1,20                   | 0,77  | 32,52    |
| Хлеб ржаной                                     | 2,50                  | 40           | 1,87                   | 0,66  | 17,37    |
| Плоды сежие (яблоко)                            | 7,24                  | 100          | 0,40                   | 0,40  | 9,80     |
| Итого за обед                                   |                       | 1052,5       | 33,87                  | 36,42 | 126,28   |
| Стоимость за обед                               | 171,2                 |              |                        |       |          |
| ПОЛДНИК                                         |                       |              |                        |       |          |
| Кисломолочный напиток<br>Кефир (м. д. ж. 2,5% ) | 14,42                 | 200          | 5,80                   | 5,00  | 8,00     |
| Зразы картофельные                              | 34,20                 | 10           | 1,73                   | 3,98  | 15,97    |
| Хлеб пшеничный                                  | 1,73                  | 30           | 0,61                   | 0,39  | 16,26    |
| Итого за полдник                                |                       | 350          | 8,14                   | 9,37  | 40,23    |
| Стоимость за полдник                            | 50,35                 |              |                        |       |          |

Зав.производством \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «Торговый дом Кубань»

А.И. Жваков

СОГЛАСОВАНО:

Директор \_\_\_\_\_

г.Новороссийск



# МЕНЮ

## ДЕНЬ № 5

**Период: зима-весна; Возрастная категория 12-18 лет.**

| Наименование блюда                                | Стоимость за блюдо | Вес блюда | Пищевые вещества ( г ) |       |          |
|---------------------------------------------------|--------------------|-----------|------------------------|-------|----------|
|                                                   |                    |           | белки                  | жиры  | углеводы |
|                                                   |                    |           | Б                      | Ж     | У        |
| ЗАВТРАК                                           |                    |           |                        |       |          |
| Овощи консервированные порцими (капуста квашеная) | 12,50              | 100       | 1,71                   | 5,00  | 8,24     |
| Биточки рыбные                                    | 80,43              | 110       | 15,16                  | 5,70  | 13,05    |
| Рагу из овощей                                    | 39,53              | 180       | 3,00                   | 4,02  | 28,98    |
| Сок фруктовый (яблочный)                          | 7,54               | 200       | ,00                    | 0,20  | 20,20    |
| Хлеб пшеничный                                    | 2,89               | 50        | 1,00                   | 0,64  | 27,10    |
| Хлеб ржаной                                       | 2,50               | 30        | 1,40                   | 0,50  | 13,03    |
| Итого за завтрак                                  |                    | 670       | 23,27                  | 16,06 | 110,60   |
| Стоимость завтрака                                | 145,39             |           |                        |       |          |
| ОБЕД                                              |                    |           |                        |       |          |
| Морковь с яблоком                                 | 6,40               | 100       | 0,97                   | 4,82  | 8,2      |
| Супкуриный                                        | 25,20              | 250       | 4,88                   | 3,84  | 12,06    |
| Запеканка из творога с какао                      | 71,10              | 230       | 28,67                  | 10,81 | 35,17    |
| и / соус абрикосовый                              | 2,55               | 20        | 0,26                   | 0,00  | 6,78     |
| Молоко кипячёное                                  | 13,60              | 200       | 5,80                   | 5,30  | 9,0      |
| Хлеб пшеничный                                    | 2,89               | 50        | 1,00                   | 0,65  | 27,1     |
| Хлеб ржаной                                       | 2,50               | 40        | 1,86                   | 0,66  | 17,39    |
| Плоды свежие (яблоко)                             | 7,24               | 100       | 0,40                   | 0,40  | 9,80     |
| Итого за обед                                     |                    | 990       | 43,84                  | 26,48 | 125,5    |
| Стоимость за обед                                 | 131,48             |           |                        |       |          |
| ПОЛДНИК                                           |                    |           |                        |       |          |
| Компот из яблок с лимоном                         | 13,47              | 200       | 0,29                   | 0,22  | 9,28     |
| Рыба, запечённая с яйцом                          | 34,60              | 110       | 14,67                  | 6,42  | 6,40     |
| Хлеб пшеничный                                    | 2,30               | 40        | 0,80                   | 0,52  | 20,68    |
| Итого за полдник                                  |                    | 350       | 15,76                  | 7,16  | 36,36    |
| Стоимость за полдник                              | 50,37              |           |                        |       |          |

Зав.производством

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «Торговый дом Кубань»

А.Л.Жваков

СОГЛАСОВАНО:

Директор \_\_\_\_\_

г.Новороссийск



# МЕНЮ

## ДЕНЬ № 6

**Период: зима-весна; Возрастная категория 12-18 лет.**

| Наименование блюда              | Стоимость за блюдо | Вес блюда | Пищевые вещества ( г ) |        |          |
|---------------------------------|--------------------|-----------|------------------------|--------|----------|
|                                 |                    |           | белки                  | жиры   | углеводы |
|                                 |                    |           | Б                      | Ж      | У        |
| ЗАВТРАК                         |                    |           |                        |        |          |
| Говядина тушеная с картофелем   | 98,54              | 200       | 11,18                  | 12,78  | 25,01    |
| Оладьи и / соус                 | 6,56               | 60        | 2,36                   | 6,30   | 15,07    |
| шоколадный                      | 3,25               | 25        | 0,64                   | 0,50   | 7,17     |
| Кофейный напиток с молоком      | 19,20              | 200       | 4,84                   | 3,77   | 14,67    |
| Хлеб пшеничный                  | 2,89               | 50        | 1,00                   | 0,65   | 27,1     |
| Хлеб ржаной                     | 1,86               | 30        | 1,41                   | 0,501  | 13,03    |
| Итого за завтрак                |                    | 565       | 21,43                  | 24,501 | 102,05   |
| Стоимость завтрака              | 132,3              |           |                        |        |          |
| ОБЕД                            |                    |           |                        |        |          |
| Свекла с яблоком                | 8,00               | 100       | 1,09                   | 1,06   | 13,59    |
| Щи "Новгородские" (со сметаной) | 16,27              | 250       | 3,09                   | 3,56   | 12,65    |
| Котлеты нежные                  | 58,90              | 100       | 18,74                  | 11,07  | 11,38    |
| Плов с изюмом и /овощи          | 54,50              | 135       | 3,66                   | 9,168  | 25,17    |
| консервированные отварные       | 5,80               | 45        | 0,9                    | 0,15   | 4,57     |
| Сок фруктовый (абрикосовый)     | 7,54               | 200       | 1,00                   | 0,00   | 25,40    |
| Хлеб пшеничный                  | 2,89               | 50        | 1,00                   | 0,65   | 27,1     |
| Хлеб ржаной                     | 2,75               | 44        | 2,05                   | 0,73   | 19,11    |
| Фрукты свежие (яблоко)          | 7,24               | 100       | 0,40                   | 0,40   | 9,80     |
| Итого за обед                   |                    | 1024      | 31,93                  | 26,788 | 148,77   |
| Стоимость за обед               | 163,89             |           |                        |        |          |
| ПОЛДНИК                         |                    |           |                        |        |          |
| Чай с молоком                   | 16,84              | 200       | 2,08                   | 1,32   | 7,41     |
| Голубцы ленивые с соусом        | 46,92              | 120       | 5,30                   | 5,83   | 24,01    |
| Хлеб ржаной                     | 2,13               | 34        | 1,59                   | 0,56   | 14,77    |
| Итого за полдник                |                    | 354       | 8,97                   | 7,710  | 46,19    |
| Стоимость за полдник            | 65,89              |           |                        |        |          |

Зав.производством \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «Торговый дом Кубань»

А.Л.Жваков

СОГЛАСОВАНО:

Директор \_\_\_\_\_

г.Новороссийск



# МЕНЮ

## ДЕНЬ № 7

**Период: зима-весна; Возрастная категория 12-18 лет.**

| Наименование блюда                         | Стоимость<br>за блюдо | Вес<br>блюда | Пищевые вещества ( г ) |        |          |
|--------------------------------------------|-----------------------|--------------|------------------------|--------|----------|
|                                            |                       |              | белки                  | жиры   | углеводы |
|                                            |                       |              | Б                      | Ж      | У        |
| ЗАВТРАК                                    |                       |              |                        |        |          |
| Омлет натуральный и /овощи                 | 62,10                 | 135 / 5      | 12,28                  | 17,63  | 3,00     |
| консервированные отварные (сложный гарнир) | 25,49                 | 60           | 1,7                    | 0,1    | 3,5      |
| Чай с молоком                              | 16,84                 | 200          | 4,60                   | 3,30   | 13,20    |
| Сыр твёрдых сортов в нарезке               | 19,25                 | 30           | 7,00                   | 8,80   | 0,00     |
| Хлеб пшеничный                             | 2,89                  | 50           | 1,00                   | 0,65   | 27,1     |
| Хлеб ржаной                                | 2,50                  | 40           | 1,87                   | 0,66   | 17,37    |
| Фрукты свежие (яблоко)                     | 7,24                  | 100          | 0,40                   | 0,40   | 9,80     |
| Итого за завтрак                           |                       | 620          | 28,85                  | 31,544 | 73,97    |
| Стоимость завтрака                         | 136,31                |              |                        |        |          |
| ОБЕД                                       |                       |              |                        |        |          |
| Морковь по-корейски                        | 5,13                  | 100          | 1,10                   | 6,19   | 5,20     |
| Борщ с капустой и картофелем со сметаной   | 26,10                 | 250          | 1,99                   | 5,22   | 7,14     |
| Тефтели из говядины с соусом               | 68,10                 | 100          | 9,04                   | 9,06   | 17,60    |
| Каша вязкая (ячневая)                      | 18,00                 | 180          | 3,89                   | 5,07   | 24,29    |
| Сок фруктовый (персиковый)                 | 7,54                  | 200          | 1,00                   | 0,00   | 23,40    |
| Хлеб пшеничный                             | 4,03                  | 70           | 1,40                   | 0,91   | 36,094   |
| Хлеб ржаной                                | 2,50                  | 50           | 2,33                   | 0,825  | 21,72    |
| Итого за обед                              |                       | 950          | 20,75                  | 27,265 | 135,44   |
| Стоимость за обед                          | 131,40                |              |                        |        |          |
| ПОЛДНИК                                    |                       |              |                        |        |          |
| Чай фруктовый                              | 6,55                  | 200          | 0,50                   | 0,00   | 7,65     |
| Бутерброд с сыром (сыр твердых сортов      | 15,25                 | 15           | 3,50                   | 4,40   | 0,00     |
| масло сливочное                            |                       | 5            | 0,05                   | 3,6    | 0,05     |
| хлеб пшеничный)                            |                       | 20           | 0,40                   | 0,26   | 10,84    |
| Кондитерское изделие (печенье)             | 2,40                  | 15           | 1,03                   | 2,52   | 11,03    |
| Фрукты свежие (яблоко)                     | 7,25                  | 100          | 0,40                   | 0,40   | 9,80     |
| Итого за полдник                           |                       | 355          | 5,88                   | 11,180 | 39,37    |
| Стоимость за полдник                       | 31,45                 |              |                        |        |          |

Зав.производством \_\_\_\_\_



Торговый дом Кубань»  
Директор \_\_\_\_\_  
Д. Жваков

СОГЛАСОВАНО:

Директор \_\_\_\_\_

г.Новороссийск

# МЕНЮ

ДЕНЬ № 8 \_\_\_\_\_

Период: зима-весна; Возрастная категория 12-18 лет.

| Наименование блюда                                   | Стоимость<br>за блюдо | Вес<br>блюда | Пищевые вещества ( г ) |       |          | Энергетическая<br>ценность |
|------------------------------------------------------|-----------------------|--------------|------------------------|-------|----------|----------------------------|
|                                                      |                       |              | белки                  | жиры  | углеводы |                            |
|                                                      |                       |              | Б                      | Ж     | У        |                            |
| ЗАВТРАК                                              |                       |              |                        |       |          |                            |
| Рыба тушёная в томате с овощами                      | 112,80                | 120          | 17,13                  | 12,02 | 7,06     | 204,90                     |
| Пюре картофельное                                    | 26,95                 | 180          | 3,68                   | 5,76  | 24,53    | 164,67                     |
| Сок фруктовый (яблочный)                             | 11,64                 | 200          | 1,00                   | 0,20  | 20,20    | 86,00                      |
| Хлеб пшеничный                                       | 3,89                  | 50           | 1,00                   | 0,65  | 27,10    | 118,26                     |
| Хлеб ржаной                                          | 3,50                  | 40           | 1,87                   | 0,66  | 17,37    | 82,90                      |
| Итого за завтрак                                     | 158,78                | 590          | 24,68                  | 19,29 | 96,26    | 656,73                     |
| Стоимость завтрака                                   |                       |              |                        |       |          |                            |
| ОБЕД                                                 |                       |              |                        |       |          |                            |
| Огурец с капустой                                    | 10,02                 | 100          | 1,32                   | 2,67  | 3,88     | 45,30                      |
| Солянка домашняя                                     | 54,20                 | 250          | 8,11                   | 9,91  | 6,01     | 120,32                     |
| Суфле из печени                                      | 61,40                 | 120          | 16,11                  | 11,29 | 10,03    | 206,12                     |
| Макароны с овощами                                   | 52,10                 | 180          | 5,96                   | 6,46  | 31,51    | 200,37                     |
| Кофейный напиток с молоком                           | 18,72                 | 200          | 6,32                   | 4,99  | 27,51    | 179,39                     |
| Хлеб пшеничный                                       | 2,89                  | 50           | 1,00                   | 0,65  | 27,10    | 118,26                     |
| Хлеб ржаной                                          | 2,50                  | 40           | 1,86                   | 0,66  | 17,37    | 82,90                      |
| Плоды свежие (яблоко)                                | 7,24                  | 100          | 0,40                   | 0,40  | 9,80     | 47,00                      |
| Итого за обед                                        |                       | 1040         | 41,08                  | 37,03 | 133,21   | 999,66                     |
| Стоимость за обед                                    | 209,07                |              |                        |       |          |                            |
| ПОЛДНИК                                              |                       |              |                        |       |          |                            |
| Кисломолочный напиток<br>Кефир (м. д. ж. 2,5% )      | 14,42                 | 200          | 5,80                   | 5,00  | 8,00     | 101,00                     |
| Котлеты картофельные<br>с творогом и / соус молочный | 52,10                 | 140          | 3,94                   | 11,13 | 17,82    | 187,21                     |
| Хлеб пш. (батон )                                    | 1,15                  | 20           | 0,77                   | 0,38  | 10,28    | 45,22                      |
| Итого за полдник                                     |                       | 360          | 10,51                  | 16,51 | 36,10    | 333,43                     |
| Стоимость за полдник                                 | 67,67                 |              |                        |       |          |                            |

Зав.производством \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «Торговый дом Кубань»

А.И. Жваков

СОГЛАСОВАНО:

Директор \_\_\_\_\_

г.Новороссийск



# МЕНЮ

## ДЕНЬ № 9

**Период: зима-весна; Возрастная категория 12-18 лет.**

| Наименование блюда           | Стоимость<br>за блюдо | Вес<br>блюда | Пищевые вещества ( г ) |        |          |
|------------------------------|-----------------------|--------------|------------------------|--------|----------|
|                              |                       |              | белки                  | жиры   | углеводы |
|                              |                       |              | Б                      | Ж      | У        |
| ЗАВТРАК                      |                       |              |                        |        |          |
| Каша рисовая молочная жидкая | 44,31                 | 210          | 5,10                   | 10,713 | 33,42    |
| Чай с сахаром                | 5,06                  | 200          | 0,40                   | 0,00   | 6,60     |
| Кондитерское изделие (вафли) | 9,10                  | 37,5         | 1,27                   | 10,15  | 21,06    |
| Хлеб пшеничный               | 2,30                  | 50           | 1,00                   | 0,65   | 27,1     |
| Хлеб ржаной                  | 1,25                  | 30           | 1,40                   | 0,50   | 13,03    |
| Плоды свежие (яблоко)        | 7,24                  | 100          | 0,40                   | 0,40   | 9,80     |
| Итого за завтрак             |                       | 627,5        | 9,57                   | 22,413 | 111,01   |
| Стоимость завтрака           | 69,26                 |              |                        |        |          |
| ОБЕД                         |                       |              |                        |        |          |
| Икра свекольная              | 8,02                  | 100          | 1,50                   | 3,60   | 8,50     |
| Уха с крупой                 | 38,03                 | 250          | 7,10                   | 5,16   | 13,01    |
| Жаркое по-домашнему          | 72,60                 | 200          | 12,15                  | 23,18  | 30,02    |
| Сок фруктовый (абрикосовый)  | 7,54                  | 200          | 1,00                   | 0,00   | 25,40    |
| Хлеб пшеничный               | 4,03                  | 70           | 1,40                   | 0,91   | 36,094   |
| Хлеб ржаной                  | 2,50                  | 50           | 2,33                   | 0,826  | 21,72    |
| Итого за обед                |                       | 870          | 25,48                  | 33,676 | 134,74   |
| Стоимость за обед            | 132,72                |              |                        |        |          |
| ПОЛДНИК                      |                       |              |                        |        |          |
| Кофейный напиток с молоком   | 18,72                 | 195          | 5,84                   | 4,682  | 13,94    |
| Биточек рисовый с морковью   | 46,10                 | 100          | 2,41                   | 4,64   | 14,00    |
| и соус шоколадный            |                       | 25           | 0,91                   | 0,83   | 5,10     |
| Хлеб ржаной                  | 1,87                  | 30           | 1,40                   | 0,50   | 13,03    |
| Итого за полдник             |                       | 350          | 10,56                  | 10,652 | 46,07    |
| Стоимость за полдник         | 66,69                 |              |                        |        |          |

Зав.производством \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «Торговый дом Кубань»



А.Д.Жваков

СОГЛАСОВАНО:

Директор \_\_\_\_\_

г.Новороссийск

# МЕНЮ

## ДЕНЬ № 10

Период: зима-весна; Возрастная категория 12-18 лет.

| Наименование блюда                  | Стоимость<br>за блюдо | Вес<br>блюда | Пищевые вещества ( г ) |        |          |
|-------------------------------------|-----------------------|--------------|------------------------|--------|----------|
|                                     |                       |              | белки                  | жиры   | углеводы |
|                                     |                       |              | Б                      | Ж      | У        |
| ЗАВТРАК                             |                       |              |                        |        |          |
| Чиполлетти из говядины              | 71,08                 | 120          | 12,04                  | 15,18  | 12,52    |
| Капуста тушёная                     | 46,10                 | 180          | 3,72                   | 5,83   | 16,01    |
| Компот из смеси сухофруктов         | 10,14                 | 200          | 0,50                   | 0,00   | 19,80    |
| Хлеб пшеничный                      | 2,89                  | 50           | 1,00                   | 0,646  | 27,1     |
| Хлеб ржаной                         | 1,87                  | 30           | 1,40                   | 0,50   | 13,03    |
| Итого за завтрак                    |                       | 580          | 18,66                  | 22,156 | 88,46    |
| Стоимость завтрака                  | 132,08                |              |                        |        |          |
| ОБЕД                                |                       |              |                        |        |          |
| Икра кабачковая (Пром.производства) | 16,10                 | 100          | 1,90                   | 8,90   | 7,70     |
| Свекольник со сметаной              | 36,70                 | 250          | 2,47                   | 5,50   | 10,51    |
| Плов из птицы                       | 60,02                 | 200          | 14,54                  | 7,65   | 35,41    |
| Молоко кипячёное                    | 13,60                 | 200          | 5,80                   | 5,30   | 9,10     |
| Блины / и                           | 8,53                  | 85           | 6,05                   | 5,353  | 24,30    |
| соус абрикосовый                    | 1,03                  | 30           | 0,38                   | 0      | 10,18    |
| Хлеб пшеничный                      | 2,30                  | 40           | 0,80                   | 0,52   | 20,68    |
| Хлеб ржаной                         | 2,50                  | 40           | 1,87                   | 0,66   | 17,37    |
| Фрукты свежие (яблоко)              | 7,24                  | 100          | 0,40                   | 0,40   | 9,80     |
| Итого за обед                       |                       | 1045         | 34,21                  | 34,283 | 145,05   |
| Стоимость за обед                   | 148,02                |              |                        |        |          |
| ПОЛДНИК                             |                       |              |                        |        |          |
| Отвар шиповника                     | 17,40                 | 200          | 0,6                    | 0,2    | 12,34    |
| Рулет с макаронами и /              | 52,10                 | 110          | 1,78                   | 5,705  | 8,91     |
| соус сметанный с томатом            |                       | 20           | 0,35                   | 1,00   | 1,40     |
| Хлеб ржаной                         | 1,25                  | 30           | 1,40                   | 0,50   | 13,03    |
| Итого за полдник                    |                       | 360          | 4,13                   | 7,405  | 35,68    |
| Стоимость за полдник                | 70,75                 |              |                        |        |          |

Зав.производством \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «Торговый дом Кубань»



А.И. Жваков

СОГЛАСОВАНО:

Директор

г.Новороссийск

# МЕНЮ

## ДЕНЬ № 11

**Период: зима-весна; Возрастная категория 12-18 лет.**

| Наименование блюда              | Стоимость<br>за блюдо | Вес<br>блюда | Пищевые вещества ( г ) |        |          |
|---------------------------------|-----------------------|--------------|------------------------|--------|----------|
|                                 |                       |              | белки                  | жиры   | углеводы |
|                                 |                       |              | Б                      | Ж      | У        |
| ЗАВТРАК                         |                       |              |                        |        |          |
| Бифштекс по-домашнему           | 67,02                 | 100          | 10,71                  | 15,31  | 9,22     |
| Каша вязкая гречневая           | 26,45                 | 180          | 5,50                   | 6,008  | 21,03    |
| Молоко кипячёное                | 13,60                 | 200          | 5,80                   | 5,30   | 9,10     |
| Хлеб пшеничный                  | 2,30                  | 40           | 0,80                   | 0,52   | 20,68    |
| Хлеб ржаной                     | 2,50                  | 40           | 1,86                   | 0,66   | 17,37    |
| Итого за завтрак                |                       | 560          | 24,67                  | 27,798 | 77,40    |
| Стоимость завтрака              | 111,87                |              |                        |        |          |
| ОБЕД                            |                       |              |                        |        |          |
| Капуста с<br>морковью в нарезке | 6,80                  | 100          | 1,83                   | 4,92   | 6,91     |
| Рассольник ленинградский        | 43,83                 | 250          | 2,63                   | 5,10   | 13,25    |
| Рагу из овощей                  | 50,10                 | 180          | 3,01                   | 5,69   | 20,04    |
| Шницель рыбный                  | 87,20                 | 105          | 15,55                  | 2,986  | 17,04    |
| Кисель витаминный               | 18,40                 | 195          | 1,10                   | 0,20   | 44,35    |
| Хлеб пшеничный                  | 4,03                  | 70           | 1,40                   | 0,91   | 36,094   |
| Хлеб ржаной                     | 2,50                  | 40           | 1,86                   | 0,66   | 17,376   |
| Фрукты свежие (яблоко)          | 7,24                  | 100          | 0,40                   | 0,40   | 9,80     |
| Итого за обед                   |                       | 1040         | 27,78                  | 20,866 | 164,86   |
| Стоимость за обед               | 220,10                |              |                        |        |          |
| ПОЛДНИК                         |                       |              |                        |        |          |
| Чай фруктовый                   | 6,55                  | 200          | 0,50                   | 0,00   | 7,65     |
| Голубцы с соусом                | 61,91                 | 120          | 1,43                   | 9,70   | 6,01     |
| Хлеб пшеничный                  | 1,73                  | 30           | 0,60                   | 0,39   | 16,26    |
| Итого за полдник                |                       | 350          | 2,53                   | 10,09  | 29,92    |
| Стоимость за полдник            | 70,19                 |              |                        |        |          |

Зав.производством

УТВЕРЖДАЮ:

СОГЛАСОВАНО:

Директор ООО «Торговый дом Кубань»

Директор \_\_\_\_\_



А.И. Жваков

г.Новороссийск

# МЕНЮ

## ДЕНЬ № 12

**Период:** зима-весна; **Возрастная категория** 12-18 лет.

| Наименование блюда                           | Стоимость за блюдо | Вес блюда | Пищевые вещества ( г ) |        |          |
|----------------------------------------------|--------------------|-----------|------------------------|--------|----------|
|                                              |                    |           | белки                  | жиры   | углеводы |
|                                              |                    |           | Б                      | Ж      | У        |
| ЗАВТРАК                                      |                    |           |                        |        |          |
| Запеканка капустная                          | 54,03              | 180       | 2,59                   | 11,92  | 12,05    |
| Котлеты нежные с соусом томатным с овощами   | 82,10              | 90        | 14,75                  | 9,66   | 10,37    |
| Кисель из кураги                             | 2,50               | 25        | 0,30                   | 1,83   | 1,18     |
| Хлеб пшеничный                               | 12,14              | 200       | 0,50                   | 0,05   | 26,30    |
| Хлеб ржаной                                  | 2,30               | 40        | 0,80                   | 0,52   | 20,68    |
| Фрукты свежие (яблоко)                       | 2,50               | 30        | 1,40                   | 0,50   | 13,03    |
| Итого за завтрак                             | 7,24               | 100       | 0,40                   | 0,388  | 9,80     |
| Стоимость завтрака                           | 162,81             | 665       | 20,74                  | 24,868 | 93,41    |
| ОБЕД                                         |                    |           |                        |        |          |
| Кукуруза сахарная                            | 12,40              | 100       | 2,00                   | 0,33   | 10,17    |
| Суп картофельный с макаронами                | 30,02              | 250       | 4,13                   | 3,36   | 13,60    |
| Зразы с яйцом                                | 48,00              | 100       | 9,16                   | 10,01  | 7,82     |
| Овощи запечённые                             | 26,10              | 180       | 2,90                   | 6,14   | 13,41    |
| Молоко кипячёное                             | 13,60              | 200       | 5,80                   | 5,30   | 9,10     |
| Оладьи и / соус шоколадный                   | 9,10               | 80        | 3,18                   | 7,30   | 15,34    |
| Хлеб пшеничный                               | 2,60               | 30        | 0,72                   | 0,57   | 7,95     |
| Хлеб ржаной                                  | 2,30               | 40        | 0,80                   | 0,528  | 20,68    |
| Итого за обед                                | 2,50               | 40        | 1,87                   | 0,66   | 17,37    |
| Стоимость за обед                            | 146,62             | 1020      | 30,56                  | 34,198 | 115,44   |
| ПОЛДНИК                                      |                    |           |                        |        |          |
| Кисломолочный напиток Кефир (м. д. ж. 2,5% ) | 14,42              | 200       | 5,80                   | 5,00   | 8,00     |
| Шарлотка с яблоками                          | 37,88              | 150       | 2,40                   | 2,71   | 26,10    |
| и /соус абрикосовый                          | 3,50               | 40        | 0,27                   | 0,024  | 5,54     |
| Итого за полдник                             |                    | 390       | 8,47                   | 7,734  | 39,64    |
| Стоимость за полдник                         | 55,8               |           |                        |        |          |

Зав.производством