

СОГЛАСОВАНО:
Руководитель образовательного учреждения



УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор ООО "ВИЛМАП"
Чубенко Е.В.
Действует с "1" января 2021 года по "31" июня 2021



Меню дополнительного питания

№ п/п	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
День 1 Понедельник							
1	12,6	18,1	2,0	245,5	Салат кукурузный с курицей (мясо птицы, кукуруза, яблоки, лимон, перец св, соус салатный, соль)	100	55
2	12,4	11,5	3,2	165,8	Салат из кальмаров с перцем сладким и луком (кальмар, перец сл, лук, капуста пекинская, масло, соль)	100	51
3	0,8	15,1	2,6	150,3	Салат из помидоров и огурцом свежих с растительным маслом (помидоры, огурцы, соль, масло р)	100	46
4	5,4	5,6	19,6	150,7	Суп картофельный с горохом и сухариками (картофель, морковь, лук, горох, масло раст., соль, хлеб пш)	250	35
5	22,8	25,3	1,3	324,0	Бризоль (филе) из курицы (курица, сухари пан, масло сл, соль, масло р, яйцо)	100	87
6	10,5	12,3	2,7	163,4	Рыба запеченная "Пикантная" (филе рыбы, томат. паста, кабачки, помидоры, сыр, масло раст., соль)	100	87
7	10,9	12,2	11,4	199,8	Митбол с томатным соусом (говядина, хлеб, мука, морковь, лук, томат паста, масло слив., соль, сахар)	100	82
8	2,9	3,6	23,6	138,6	Картофель по-деревенски (картофель, масло, соль)	150	43
9	3,7	4,3	41,0	208,5	Рис отварной (крупа рисовая, соль, масло слив.)	150	27
10	2,0	0,0	22,4	97,6	Мохито лимонный (лимоны, сахар, мята)	200	45
№ п/п	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
День 2 Вторник							
1	14,6	28,3	9,5	344,9	Салат Цезарь с соусом салатным (курица, сыр, хлеб, капуста пекинская, масло растительное, соус салатный, чеснок, соль, зелень)	100	63
2	7,1	13	2,3	158,1	Салат с ветчиной и болгарским перцем (ветчина, помидоры, яйцо, перец сл, маслины, соль, соус)	100	51
3	5,0	15,9	8,0	210,8	Салат из свеклы с орехами и черносливом (свекла, чернослив, чеснок, орехи гр, масло р, соль)	100	44
4	1,2	5,9	6,4	83,4	Суп томатный (помидоры, мука, лук, вермишель, маслины, масло р, соль, сахар)	250	55
5	25,5	36,7	13,0	484,8	Медальон из птицы (индейка) (мясо птицы, лук, помидоры, сыр, соус салатный, масло раст., соль)	100	110
6	12,9	43,5	15,5	505,0	Котлеты по-киевски (курица, масло сл, соль, хлеб, мука, яйцо, масло р)	100	84
7	26,6	22,3	1,0	39,7	Люля-кебаб (говядина, лук, соль)	100	98
8	5,5	4,4	35,3	202,5	Изделия макаронные отварные (макароны, масло слив., соль)	150	27
9	3,0	8,6	21,1	173,2	Картофель отварной (картофель, масло сл, соль)	150	37
10	0,2	0,0	22,4	91,2	Компот из ягод быстрозамороженных (вишня) (вишня, сахар)	200	20
№ п/п	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
День 3 Среда							
1	12,6	18,1	2,0	245,5	Салат "Пикантный" с курицей (мясо кур, свежий огурец, перец, сыр, яйцо, соус салатный)	100	57
2	3,4	22,4	3,2	235,0	Салат Греческий (помидоры, огурцы, сыр, масло р, соль, перец, капуста пек, лимон)	100	58
3	10,9	17,3	1,9	218,7	Салат-коктейль с ветчиной и сыром (ветчина, сыр, огурцы св, яйцо, перец св, соус салатный, соль)	100	51
4	3,1	3,1	7,5	68,9	Щи из свежей капусты (капуста, картофель, морковь, лук, т. паста, масло р, соль, сметана)	250	35
5	9,5	36,6	7,5	397,8	Мясо по-французски (мясо, картофель, сыр, лук, соус сал)	100	110
6	30,2	27,4	2,1	357,0	Филе из мяса птицы, запеченное на шпажке (мясо кур, лук, масло раст., соль)	100	99
7	15,1	4,0	15,4	158,4	Котлеты рубленые из фарша рыбного (рыба филе, яйцо, молоко, хлеб, сухари пан, соль, мсло р)	100	49
8	7,6	9,4	40,8	278,5	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль, масло сл.)	150	27
9	2,9	3,6	23,6	138,6	Картофель по-деревенски (картофель, масло, соль)	150	43
10	0,3	0,1	32,4	132,6	Лимонад апельсиновый (апельсины, сахар)	200	35
№ п/п	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб

День 4 Четверг							
1	14,6	28,3	9,5	344,9	Салат Цезарь с соусом салатным (курица, сыр, хлеб, капуста пекинская, масло растительное, соус салатный, чеснок, соль,	100	63
2	12,4	11,5	3,2	165,8	Салат из кальмаров с перцем сладким и луком (кальмар, перец сл, лук, капуста пекинская, масло, соль)	100	51
3	0,8	15,1	2,6	150,3	Салат из помидоров и огурцом свежих с растительным маслом (помидоры, огурцы, соль, масло р)	100	46
4	6,2	5,4	7,7	91,5	Борщ "Сибирский" с говядиной (говядина, свекла, капуста, карт, фасоль, морковь, лук, к-та лимон, т-паста, масло р, чеснок, сахар, соль, сметана)	250	45
5	19,9	5,6	9,3	169,2	Рыба тушеная с овощами (филе рыбы, соль, морковь, лук, томат паста, масло р, сахар)	100	81
6	12,4	20,2	13,0	281,5	Ежики мясные (говядина, рис, лук, масло слив, мука, соль)	100	65
7	3,7	2,9	23,5	135,0	Изделия макаронные отварные фигурные (фарфалле) (макаронь, соль, масло сл)	150	42
8	1,6	3,0	7,6	63,6	Ассорти из печенных овощей (баклажаны, кабачки, перец, соль, масло р)	75	53
9	12,6	17,2	7,3	228,3	Мясо по-царски (филе птицы, картофель, сыр, лук, соус сал, масло р, чеснок, соль)	200	105
10	0,2	0,0	22,4	91,2	Компот из ягод быстрозамороженных (смородина)(смородина, сахар)	200	20
№ п/п	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
День 5 Пятница							
1	10,9	17,3	1,9	218,7	Салат-коктейль с ветчиной и сыром (ветчина, сыр, огурцы св, яйцо, перец св, соус салатный, соль)	100	51
2	10,7	23,2	2,6	260,8	Салат зеленый с помидорами с растительным маслом (капуста пекин, помидоры, соль, масло р.)	100	46
3	4,1	17,8	6,4	202,7	Салат мясной (картофель, соус салатный, яйцо, огурцы конс.,	100	59
4	4,3	6,2	3,0	83,4	Солянка (говядина, сосиска, лук, огурцы, карт, мало р., сметана, т. паста, соль)	250	37
5	17,7	58,6	13,8	258,6	Котлета Пожарская (филе птицы, хлеб, лук, соль, масло р)	100	79
6	9,5	36,6	7,5	397,8	Мясо по-французски (мясо, картофель, сыр, лук, соус сал)	100	110
7	11,1	8,5	1,7	125,7	Рыба запеченная с томатами (филе рыбы, помидоры, лук, чеснок, масло р, сыр, соль)	100	79
8	2,9	3,6	23,6	138,6	Картофель по-деревенски (картофель, масло, соль)	150	43
9	3,7	4,3	41,0	208,5	Рис отварной (крупа рисовая, соль, масло слив.)	150	27
10	3,0	0,0	24,4	110,6	Мохито апельсиновый (апельсины, сахар, мята)	200	45
№ п/п	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
День 6 Понедельник							
1	0,8	15,1	2,6	150,3	Салат из помидоров и огурцом свежих с растительным маслом (помидоры, огурцы, соль, масло р)	100	46
2	12,4	11,5	3,2	165,8	Салат из кальмаров с перцем сладким и луком (кальмар, перец сл, лук, капуста пекинская, масло, соль)	100	51
3	10,3	21,5	4,4	110,3	Салат Столичный (мясо кур, картофель, огурцы конс., яйцо, соус салатный)	100	51
4	5,4	5,6	19,6	150,7	Суп картофельный с горохом и сухариками (картофель, морковь, лук, горох, масло раст., соль, хлеб пш)	250	35
5	15,1	4,0	15,4	158,4	Котлеты рубленые из фарша рыбного (рыба филе, яйцо, молоко, хлеб, сухари пан, соль, мело р)	100	49
6	22,8	25,3	1,3	324,0	Бризоль (филе) из курицы (курица, сухари пан, масло сл, соль, масло р, яйцо)	100	87
7	10,9	12,2	11,4	199,8	Митбол с томатным соусом (говядина, хлеб, мука, морковь, лук, томат, паста, масло слив., соль, сахар)	100	82
8	3,7	4,3	41,0	208,5	Рис отварной (крупа рисовая, соль, масло слив.)	150	27
9	2,9	3,6	23,6	138,6	Картофель по-деревенски (картофель, масло, соль)	150	43
10	2,0	0,0	22,4	97,6	Мохито лимонный (лимоны, сахар, мята)	200	45
№ п/п	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
День 7 Вторник							
1	14,6	28,3	9,5	344,9	Салат Цезарь с соусом салатным (курица, сыр, хлеб, капуста пекинская, масло растительное, соус салатный, чеснок, соль, зелень)	100	63
2	10,7	23,2	2,6	260,8	Салат зеленый с помидорами с растительным маслом (капуста пекин, помидоры, соль, масло р.)	100	46
3	7,1	13	2,3	158,1	Салат с ветчиной и болгарским перцем (с соусом салатным)	100	51

4	1,2	5,9	6,4	83,4	Суп томатный (помидоры, мука, лук, вермишель, маслины, масло р, соль, сахар)	250	55
5	23,5	29,7	14,7	419,5	Наггетсы куриные (филе птицы, сухари пан, яйцо, соль, масло сл)	100	75
6	12,9	43,5	15,5	505,0	Котлеты по-киевски (курица, масло сл, соль, хлеб, мука, яйцо, масло р)	100	84
7	26,6	22,3	1,0	39,7	Люля –кебаб (говядина, лук, соль)	100	98
8	5,5	4,4	35,3	202,5	Изделия макаронные отварные (макароны, масло слив., соль)	150	27
9	7,6	9,4	40,8	278,5	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль, масло сл.)	150	27
10	0,2	0,0	22,4	91,2	Компот из ягод быстрозамороженных (вишня) (вишня, сахар)	200	20
№ п/п	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
День 8 Среда							
1	3,4	22,4	3,2	235,0	Салат Греческий (помидоры, огурцы, сыр, масло р, соль, перец, капуста пек, лимон)	100	58
2	10,9	17,3	1,9	218,7	Салат-коктейль с ветчиной и сыром (ветчина, сыр, огурцы св, яйцо, перец св, соус салатный, соль)	100	51
3	12,6	18,1	2,0	245,5	Салат кукурузный с курицей (мясо птицы, кукуруза, яблоки, лимон, перец св, соус салатный, соль)	100	55
4	3,1	3,1	7,5	68,9	Щи из свежей капусты (капуста, картофель, морковь, лук, т. паста, масло р., соль, сметана)	250	35
5	30,2	27,4	2,1	357,0	Филе из мяса птицы, запеченное на шпажке (мясо кур, лук, масло раст., соль)	100	99
6	22,5	16,0	22,6	344,9	Оладьи из печени по-купецки (печень, соль, масло р, морковь, яйцо, мука)	100	45
7	19,9	5,6	9,3	169,2	Рыба тушеная с овощами (филе рыбы, соль, морковь, лук, томат паста, масло р, сахар)	100	81
8	3,7	4,3	41,0	208,5	Рис отварной (крупа рисовая, соль, масло слив.)	150	27
9	2,9	3,6	23,6	138,6	Картофель по-деревенски (картофель, масло, соль)	150	43
10	0,3	0,1	32,4	132,6	Лимонад апельсиновый (апельсины, сахар)	200	35
№ п/п	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
День 9 Четверг							
1	12,6	18,1	2,0	245,5	Салат "Пикантный" с курицей (мясо кур, свежий огурец, перец, сыр, яйцо, соус салатный)	100	57
2	0,8	15,1	2,6	150,3	Салат из помидоров и огурцом свежих с растительным маслом (помидоры, огурцы, соль, масло р)	100	46
3	14,6	28,3	9,5	344,9	Салат Цезарь с соусом салатным (курица, сыр, хлеб, капуста пекинская, масло растительное, соус салатный, чеснок, соль, зелень)	100	63
4	6,2	5,4	7,7	91,5	Борщ "Сибирский" с говядиной (говядина, свекла, капуста, карт, фасоль, морковь, лук, к-та лимон, т-паста, масло р, чеснок, сахар, соль, сметана)	250	45
5	26,2	24,7	1,5	316,5	Филе куриное в сухарях (мясо кур, сухари панировочные, масло раст., соль)	100	87
6	15,1	4,0	15,4	158,4	Котлеты рубленые из фарша рыбного (рыба филе, яйцо, молоко, хлеб, сухари пан, соль, мсло р)	100	49
7	12,6	17,2	7,3	228,3	Мясо по-царски (филе птицы, картофель, сыр, лук, соус сал, масло р, чеснок, соль)	200	105
8	7,6	9,4	40,8	278,5	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, соль, масло сл.)	150	27
9	3,7	2,9	23,5	135,0	Изделия макаронные отварные фигурные (фарфалле) (макароны, соль, масло сл)	150	42
10	0,2	0,0	22,4	91,2	Компот из ягод быстрозамороженных (смородина)(смородина, сахар)	200	20
№ п/п	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
День 10 Пятница							
1	12,6	18,1	2,0	245,5	Салат кукурузный с курицей (мясо птицы, кукуруза, яблоки, лимон, перец св, соус салатный, соль)	100	55
2	4,1	17,8	6,4	202,7	Салат мясной (картофель, соус салатный, яйцо, огурцы конс., говядина, лук, соль)	100	59
3	5,0	15,9	8,0	210,8	Салат из свеклы с орехами и черносливом (свекла, чернослив, чеснок, орехи гр, масло р, соль)	100	44
4	4,3	6,2	3,0	83,4	Солянка (говядина, сосиска, лук, огурцы, карт, мало р., сметана, т. паста, соль)	250	37
5	9,5	36,6	7,5	397,8	Мясо по-французски (мясо, картофель, сыр, лук, соус сал)	100	110
6	23,3	24,7	18,0	387,4	Жаркое по-домашнему (говядина) (говядина, лук, картофель, т.паста, масло р, соль)	200	107

7	11,1	8,5	1,7	125,7	Рыба запеченная с томатами (филе рыбы, помидоры, лук, чеснок, масло р, сыр, соль)	100	79
8	3,7	4,3	41,0	208,5	Рис отварной (крупа рисовая, соль, масло слив.)	150	27
9	2,6	3,5	2,9	109,2	Картофель отварной, запеченный с сыром (гратен)(картофель, сыр, масло р, соль)	125	45
10	3,0	0,0	24,4	110,6	Мохито апельсиновый (апельсины, сахар, мята)	200	45

№ п/п	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб
Дополнительно							
Бутерброды							
1	8,0	18,7	10,1	241,6	Бутерброд горячий (хлеб, колбаса п/к, сыр, масло сл)	60	34
2	5,0	8,4	10,0	136,0	Бутерброд с колбасой п/к (хлеб, колбаса п/к)	40	27
3	6,2	6,5	10,0	124,8	Бутерброд сыром (хлеб, сыр)	40	23
4	28,7	35,9	51,7	644,3	Сэндвичи с ветчиной и сыром (хлеб, ветчина, сыр, помидоры, огурцы конс, салат кит, соус салатный)	180	78
5	11,8	20,1	26,1	309,1	Сэндвичи с котлетой из говядины с сыром (булочка, котлеты гов, сыр, помидоры, огурцы конс, салат кит, соус салатный)	130	81
6	12,1	15,7	30,1	310,1	Ролл с ветчиной и сыром (лепешка, ветчина, сыр, помидоры, огурцы св, салат кит, соус салатный)	150	78
7	15,2	25,5	18,2	392,1	Хот-дог с помидорами (булочка, помидоры, сосиска, капуста пекин)	165	75
8	8,2	18,8	19,7	280,6	Корн-дог (тесто слоеное, сосиски, масло р)	85	45
Горячие блюда							
1	12	0,2	5,5	130,5	Изделия колбасные вареные (сосиски) для школьного питания отварные (сосиска отварная)	1 шт	28
2	19,1	30,5	40,7	425,2	Пельмени детские из п/ф промышленного производства с маслом сливочным (пельмени, масло сл, соль)	200	70
Хлеб							
1	0,6	10,3	1,5	52,4	Хлеб из муки пшеничной (хлеб пш)	20	3
2	1,1	0,2	9,9	46,4	Хлеб ржано-пшеничный (хлеб рж)	20	3
3	3,2	1,2	22,1	112,4	Сухарики из хлеба пшеничного (хлеб пш)	10	3