

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор
АО «Комбинат питания»
А.Н. Воронин

«01» _____ 2024 г.



The stamp is circular and contains the following text: 'САМАРСКАЯ ОБЛАСТЬ ПОДСОБНОЕ ПРЕДПРИЯТИЕ АО "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ"', 'ИНН 6325071823', and 'ОГРН 1176313112219'. A handwritten signature in blue ink is written across the stamp.

Циклическое меню для ГБПОУ СКИК
на осенне-зимний период

Цикличное меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Понедельник													Завтрак			
Кукуруза консервированная	24 С6.1996г.	020	0,700	0,560	3,120	20,200	0,080				9,200			0,084		
	24 С6.1996г.	030	1,050	0,840	4,680	30,300	0,120				13,800			0,126		
Биточки с соусом	423 С6.1996г.	90	10,843	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	36,970		
	423 С6.1996г.	100	12,665	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818		
Макаронные изделия отварные	469 С6.1996г.	150	5,365	4,265	37,247	203,790	0,087		0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622		
	469 С6.1996г.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105		0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746		
Чай с сахаром	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,053		
	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,053		
Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028			0,420	5,000	16,250	3,500	0,225		
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020			0,420	5,250	21,750	4,750	0,500		
Понедельник													Обед			
Винегрет овощной	60 С6.1996г.	060	1,167	6,193	5,485	79,707	0,035	5,520			2,696	14,130	26,268	12,198	0,490	
	60 С6.1996г.	100	1,945	8,321	9,142	132,845	0,058	9,200			4,494	23,550	43,780	20,330	0,816	
Суп картофельный с горохом	138 С6.1996г.	200	4,746	4,302	18,572	127,580	0,202	9,300			3,215	25,820	69,500	28,200	1,556	
	138 С6.1996г.	250	5,933	5,378	23,215	159,475	0,253	11,625			4,019	32,275	86,875	35,250	1,945	
Котлеты Куриные с соусом	423 С6.1996г.	090	8,944	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	36,970		
	423 С6.1996г.	100	11,340	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818		
Капуста тушеная	482 С6.1996г.	150	3,593	5,267	16,511	123,461	0,111	88,320			2,241	83,598	62,415	31,572	84,606	
	482 С6.1996г.	180	4,316	6,321	19,838	148,280	0,133	105,985			2,689	100,330	74,925	37,886	101,068	
Компот из сухофруктов	283 С6.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158		
	283 С6.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158		
Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270		
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		

Цикличное меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Вторник														
Завтрак														
Сыр	СТО 71063300-003-2012	016	3,580	3,500		47,400		0,510	0,025	0,060	129,000	102,000	6,800	136,000
	СТО 71063300-003-2012	016	3,580	3,500		47,400		0,510	0,025	0,060	129,000	102,000	6,800	136,000
Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом, сахаром	109 С6.2008г.	160	4,988	8,935	25,262	190,354	0,151	1,320	0,066	2,256	176,695	203,345	44,880	1,366
	109 С6.2008г.	210	6,623	11,720	32,660	236,336	0,201	1,760	0,075	3,135	234,760	270,460	59,740	1,810
Сок фруктовый, (1 шт)	293 С6.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600
	293 С6.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600
Какао растворимый	762С6.1997г.	200	3,580	2,728	17,070	138,000	0,027	0,900	0,018	0,081	109,170	81,900	12,600	0,941
	762С6.1997г.	200	3,580	2,728	17,070	138,000	0,027	0,900	0,018	0,081	109,170	81,900	12,600	0,941
Батон	ГОСТ 31805-2018	040	3,160	0,400	20,760	94,400	0,060			1,000	10,000	32,800	13,200	0,600
	ГОСТ 31805-2018	050	3,950	0,500	25,950	118,000	0,075			1,250	12,500	41,000	16,500	0,750
Вторник														
Обед														
Салат из моркови и яблок/Салат из помидоров*	11 С6.2008г.	060	0,512	6,031	8,678	89,400	0,024	2,154		2,751	18,702	21,210	15,708	0,085
	11 С6.2008г.	100	0,853	7,750	14,464	149,000	0,040	3,590		4,584	31,170	35,350	26,180	0,142
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	120 С6.1996г.	220	1,804	5,530	8,801	85,780	0,066	26,510	0,006	1,774	37,540	43,204	18,240	19,102
	120 С6.1996г.	260	2,181	6,538	10,929	104,325	0,082	33,125	0,006	2,214	44,675	52,455	22,550	23,875
Рагу овощное с говядиной	394 С6.1996г.	180	16,899	15,013	31,176	293,648	0,201	28,500			806,489	86,914	35,855	2,530
	394 С6.1996г.	230	18,279	18,058	40,568	360,318	0,258	38,000			29,226	115,854	47,475	2,962
Компот из кураги	280 С6.2008г.	200	1,924		44,343	176,440	0,037	1,480			635,690	54,020	38,850	0,060
	280 С6.2008г.	200	1,924		44,343	176,440	0,037	1,480			635,690	54,020	38,850	0,060
Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400
	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600

Цикличное меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Среда			Завтрак											
Огурцы солёные	24 С6.1996г.	020	0,560		0,260	3,220					5,000	4,000		0,240
	24 С6.1996г.	030	0,840		0,390	4,830					7,500	6,000		0,360
Рыба, тушенная в томате с овощами	309 С6.1996г.	90	8,330	10,229	5,112	78,254	0,056	3,700		1,276	14,540	19,460	39,142	92,485
	309 С6.1996г.	100	10,261	12,642	5,112	107,499	0,066	3,700		2,255	14,540	19,460	46,062	92,582
Картофельное пюре	472 С6.1996г.	150	3,263	4,497	26,370	154,200	0,161	25,875	0,026	0,144	41,310	95,910	32,805	1,390
	472 С6.1996г.	180	3,916	5,396	31,644	185,040	0,193	31,050	0,031	0,172	49,572	115,092	39,366	1,668
Компот из свежих яблок	702 С6.1997г.	200	0,080		33,552	127,760	0,004	0,720			0,480	2,400	4,000	0,152
	702 С6.1997г.	200	0,080		33,552	127,760	0,004	0,720			0,480	2,400	4,000	0,152
Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028			0,420	5,000	16,250	3,500	0,225
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400
	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020			0,420	5,250	21,750	4,750	0,500
Среда			Обед											
Салат из свеклы отварной	23 С6.2008г.	060	0,969	6,997	6,156	109,330	0,011	5,700		1,340	21,090	24,510	24,510	0,798
	23 С6.2008г.	100	1,615	8,995	10,260	145,550	0,019	9,500		2,233	35,150	40,850	40,850	1,330
Суп картофельный с макаронными изделиями	139 С6.1996г.	250	2,840	2,673	23,945	125,525	0,118	16,500		1,343	17,500	63,500	24,050	0,887
	139 С6.1996г.	250	2,840	2,673	23,945	125,525	0,118	16,500		1,343	17,500	63,500	24,050	0,887
Плов из птицы(филе куриное)	893 С6.1998г.	150	15,415	12,435	34,129	295,147	0,077	1,434	0,019	2,910	22,412	150,786	25,502	1,556
	893 С6.1998г.	200	18,742	15,244	45,518	376,844	0,103	1,940	0,025	3,880	29,964	200,972	34,006	2,076
Чай с сахаром	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,053
	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,053
Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400
	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600

Цикличное меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Четверг													Завтрак			
Горошек зеленый консервированный	31 С6.1997г.	020	0,620	0,400	1,420	8,200	0,022	2,000		0,240	3,200	10,600	4,200	0,140		
	31 С6.1997г.	030	0,930	0,600	2,130	12,300	0,033	3,000		0,360	4,800	15,900	6,300	0,210		
Люля-кебаб с соусом	428 С6.1996г.	90	7,630	10,170	9,450	158,000	0,022	1,150	0,003	1,306	5,957	15,412	4,748	36,981		
	428 С6.1996г.	100	11,355	13,566	12,415	176,020	0,025	0,970	0,002	1,798	6,379	17,384	4,856	27,818		
Макаронные изделия отварные	469 С6.1996г.	150	5,365	4,265	37,247	203,790	0,087		0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622		
	469 С6.1996г.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105		0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746		
Сок фруктовый	293 С6.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			16,000	18,000	10,000	0,400		
	293 С6.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			16,000	18,000	10,000	0,400		
Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028			0,420	5,000	16,250	3,500	0,225		
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020			0,420	5,250	21,750	4,750	0,500		
Четверг													Обед			
Салат картофельный с огурцами	37 С6.2015г.	060	1,276	1,836	7,317	49,219	0,044	7,078		0,813	12,707	28,457	10,584	0,533		
	37 С6.2015г.	100	2,126	3,060	12,196	82,032	0,073	11,796		1,354	21,177	47,427	17,639	0,888		
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	110 С6.1996г.	210	3,833	5,522	11,708	96,080	0,048	16,830	0,006	1,819	37,900	45,972	27,120	56,044		
	110 С6.1996г.	260	4,217	6,528	14,562	117,200	0,060	21,025	0,006	2,270	45,125	55,915	33,650	70,053		
ЕЖИКИ в соусе	202 С6.2008г.	090	10,802	10,114	13,843	163,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957	37,071		
	202 С6.2008г.	100	13,301	12,414	15,784	200,764	0,027	2,820	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746	27,956		
Каша гречневая рассыпчатая	463 С6.1996г.	150	7,716	5,384	26,323	232,585	0,255		0,021	4,160	30,396	154,621	0,158	2,985		
	463 С6.1996г.	180	8,715	6,460	32,561	278,971	0,306		0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,580		
Напиток из шиповника	289 С6.2008г.	180	0,720		24,273	96,705	0,027	216,000		0,308	12,150	3,600	3,600	5,081		
	289 С6.2008г.	180	0,720		24,273	96,705	0,027	216,000		0,308	12,150	3,600	3,600	5,081		
Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270		
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		

Цикличное меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Пятница														
Завтрак														
Фрукты	24 сб.1996г.	150	0,600		14,700	57,000								
	24 сб.1996г.	150	0,600		14,700	57,000								
Каша рисовая молочная жидкая с маслом,сахаром	114 Сб.2008г.	160	11,586	14,844	29,730	242,000	0,019		0,020	0,293	6,919	23,407	5,001	0,452
	114 Сб.2008г.	210	12,760	17,584	37,963	287,077	0,025		0,020	0,352	8,792	30,786	6,618	0,594
Чай с лимоном	629 сб.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840	0,090
	629 сб.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840	0,090
Батон	ГОСТ 31805-2018	040	3,160	0,400	20,760	94,400	0,060			1,000	10,000	32,800	13,200	0,600
	ГОСТ 31805-2018	050	3,950	0,500	25,950	118,000	0,075			1,250	12,500	41,000	16,500	0,750
Пятница														
Обед														
Салат из белокочанной капусты/Салат из огурцов*	62 Сб.1997г.	060	0,929	3,003	5,968	53,564	0,032	23,950		1,298	24,878	17,963	9,848	0,489
	62 Сб.1997г.	100	1,550	5,005	9,951	89,292	0,053	39,950		2,163	41,494	29,959	16,424	0,816
Рассольник ленинградский со сметаной	42 Сб.2008г.	210	2,288	5,588	16,298	116,572	0,085	12,850	0,006	1,771	24,280	54,000	19,240	0,808
	42 Сб.2008г.	260	2,785	6,610	20,300	142,815	0,106	16,050	0,006	2,211	28,100	65,950	23,800	1,007
Стейк(Шницель) из курицы с соусом	520 Сб.1997г.	090	11,648	8,565	2,097	169,992	0,006	0,960	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838
	520 Сб.1997г.	100	12,895	9,188	5,094	207,500	0,004	0,720	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628
Картофель и овощи тушеные	251 Сб.1997г.	150	3,675	11,419	35,220	250,013	0,215	35,625		4,787	23,400	108,525	43,575	1,622
	251 Сб.1997г.	180	4,410	13,703	42,264	300,015	0,258	42,750		5,745	28,080	130,230	52,290	1,946
Компот из сухофруктов	283 Сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158
	283 Сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158
Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400
	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Суббота														
Завтрак														
Икра кабачковая(порционно)	31 С6.1997г.	020	0,400	1,800	1,720	24,400	0,004	1,400			8,200	13,400	7,000	1,400
	31 С6.1997г.	030	0,600	2,700	2,580	36,600	0,006	2,100			12,300	20,100	10,500	2,100
Котлеты Куриные с соусом	423 С6.1996г.	090	8,944	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	36,970
	423 С6.1996г.	100	11,340	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818
Капуста тушеная	482 С6.1996г.	150	3,593	5,267	20,611	148,561	0,111	88,320		2,241	83,598	62,415	31,572	84,606
	482 С6.1996г.	180	4,316	6,321	23,938	168,280	0,133	105,985		2,689	100,330	74,925	37,886	101,068
Чай с сахаром	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,053
	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,053
Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028			0,420	5,000	16,250	3,500	0,225
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400
	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020			0,420	5,250	21,750	4,750	0,500
Суббота														
Обед														
Горошек зеленый консервированный	31 С6.1997г.	020	0,620	0,400	1,420	8,200	0,022	2,000		0,240	3,200	10,600	4,200	0,140
	31 С6.1997г.	030	0,930	0,600	2,130	12,300	0,033	3,000		0,360	4,800	15,900	6,300	0,210
Суп из овощей	132 С6.1996г.	200	3,514	3,525	10,490	76,426	0,073	17,800		1,550	18,880	40,380	17,180	0,636
	132 С6.1996г.	250	3,893	4,406	13,113	95,533	0,091	22,250		1,937	23,600	50,475	21,475	0,795
Биточки с соусом	423 С6.1996г.	90	10,843	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	36,970
	423 С6.1996г.	100	12,665	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818
Каша гречневая рассыпчатая	463 С6.1996г.	150	7,716	5,384	26,323	232,585	0,255		0,021	4,160	30,396	154,621	0,158	2,985
	463 С6.1996г.	180	8,715	6,460	32,561	278,971	0,306		0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,580
Сок фруктовый	293 С6.2008г.	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600			14,400	16,200	9,000	0,360
	293 С6.2008г.	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600			14,400	16,200	9,000	0,360
Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400
	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600

