



КП ПАО ПНППК

Меню на 13.04.2026 года

ДЕТИ 1-4 КЛАСС

N	Название блюда	Выход	Калорийн., ккал
ЗАВТРАК			
1	КАША ИЗ ХЛОПЬЕВ ГЕРКУЛЕС ЖИДКАЯ С МАСЛОМ, 200/10	200/10	255,23
2	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, 45Г	45	147,55
3	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ, 225Г	225	112,35
4	БАТОН НАРЕЗНОЙ, 20Г	20	51,08
Итого:			566,21

2-Й ЗАВТРАК			
1	СОК ЯБЛОЧНЫЙ, 200МЛ	200	82,40
Итого:			82,40

ОБЕД			
1	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ, 100Г	100	86,85
2	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (ЗЕЛ. ГОРОШЕК), 250/10	260	160,99
3	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ И МЯСА, 250Г	250	340,46
4	КОМПОТ ИЗ ВИШЕН И ЯБЛОК, 200Г	200	42,70
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ПОРЦИОННО)	100	263,00
6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	77,20
Итого:			971,20

ПОЛДНИК			
1	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, 100Г	100	193,89
2	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ, 20Г	20	65,86
3	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ, 200Г	200	169,24
Итого:			428,99

УЖИН			
1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ, 100Г	100	55,80
2	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ, 100Г	100	244,51
3	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ, 150Г	150	211,95
4	ЧАЙ С ЛИМОНОМ, 200/7Г	200/7	33,38
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	105,20
6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	77,20
Итого:			728,04

Итого: 728,04

Всего: 2776,84

Директор комбината питания

Калькулятор

Реш В.В. Смирнов

Директор школы

Зав. производством

Теплякова Л.В.

Калькулятор
Теплякова Л.В.

Ожигбессова Л.В.

Зав. производством
Ожигбессова Л.В.

КП ПАО ПНППК

а 13.04.2026		Подразделение: ДЕТИ 1-4 КЛАСС											
Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
		Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК													
КАША ИЗ ХЛОПЬЕВ ГЕРКУЛЕС ЖИДКАЯ С МАСЛОМ, 200/10	210	7,33	12,95	27,34	255,23	0,19	0,22	1,53	63,60	161,30	211,11	56,58	1,27
БУТЕРБРОД С СЫРОМ, 45Г	45	6,57	8,79	10,55	147,55	0,02	0,01		20,00	5,00	14,50	2,60	0,25
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ, 225Г	225	3,83	4,07	15,09	112,35	0,05	0,19	1,65	25,44	152,80	114,46	17,80	0,15
БАТОН НАРЕЗНОЙ, 20Г	20	1,66	0,28	10,48	51,08	0,02	0,01			3,80	13,00	2,60	0,24
<i>Итого:</i>	500	19,39	26,09	63,46	566,21	0,28	0,43	3,18	109,04	322,90	353,07	79,58	1,91
2-Й ЗАВТРАК													
СОК ЯБЛОЧНЫЙ, 200МЛ	200			20,60	82,40								
<i>Итого:</i>	200	0,00	0,00	20,60	82,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ОБЕД													
САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ, 100Г	100	1,06	6,22	6,65	86,85	0,02	0,02	20,00		32,00	21,08	12,28	1,28
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (ЗЕЛ. ГОРОШЕК), 250/10	260	6,95	9,65	11,59	160,99	0,11	0,10	12,87	25,28	27,81	93,84	25,08	1,04
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ И МЯСА, 250Г	250	18,27	20,70	20,28	340,46	0,21	0,23	24,30	40,00	35,31	245,68	55,86	3,52
КОМПОТ ИЗ ВИШЕН И ЯБЛОК, 200Г	200	0,27	0,22	9,92	42,70	0,01	0,01	3,14		5,17	3,45	2,83	0,71
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (ПОРЦИОННО)	100	6,90	5,00	47,60	263,00	0,16	0,06			23,00	87,00	33,00	2,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	3,12	0,56	14,92	77,20	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24
<i>Итого:</i>	950	36,57	42,35	110,96	971,20	0,55	0,43	60,31	65,28	132,49	493,45	139,05	9,79
ПОЛДНИК													
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, 100Г	100	16,49	5,66	19,24	193,89	0,06	0,26	0,19	24,60	117,34	184,52	24,57	0,56
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ, 20Г	20	1,44	1,70	11,20	65,86			0,03	0,80	4,82	3,61	0,56	
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ, 200Г	200	5,60	5,00	25,46	169,24	0,02		0,28	8,02	48,16	36,12	5,62	0,04
<i>Итого:</i>	320	23,53	12,36	55,90	428,99	0,08	0,26	0,50	33,42	170,32	224,25	30,75	0,60
УЖИН													
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ, 100Г	100	0,67	5,09	1,82	55,80	0,03	0,02	6,72		17,06	29,05	13,48	0,49
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ, 100Г	100	23,01	13,36	8,06	244,51	0,38	2,76	41,31	1079,88	32,18	406,44	24,46	8,71
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ, 150Г	150	5,67	5,01	36,04	211,95	0,09	0,03		24,00	12,97	46,55	8,27	0,84
ЧАЙ С ЛИМОНОМ, 200/7Г	207	0,06	0,01	8,26	33,38			2,80		3,04	1,54	0,84	0,07
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	2,76	2,00	19,04	105,20	0,06	0,02			9,20	34,80	13,20	0,80
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	3,12	0,56	14,92	77,20	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24
<i>Итого:</i>	637	35,29	26,03	88,14	728,04	0,60	2,84	50,83	1103,88	83,65	560,78	70,25	12,15
<i>Всего за день:</i>	2607	114,78	106,83	339,06	2776,84	1,51	3,96	114,82	1311,62	709,36	1631,55	319,63	24,45

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,9 : 3



КП ПАО ПНППК
Меню на 14.04.2026 года

ДЕТИ 1-4 КЛАСС

N	Название блюда	Выход	Калорийн., ккал
---	----------------	-------	-----------------

ЗАВТРАК

1	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ, 200/10	200/10	284,65
2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ, 40Г	40	123,61
3	ЧАЙ С МОЛОКОМ НАТУР, 230Г	230	64,80
4	БАТОН НАРЕЗНОЙ, 20Г	20	51,08

Итого: 524,14

2-Й ЗАВТРАК

1	ЯБЛОКО ПОРЦИОННО, 200Г	200	88,80
---	------------------------	-----	-------

Итого: 88,80

ОБЕД

1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ, 100Г	100	95,35
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ РЫБНЫМИ, 250Г	250	136,39
3	БИФШТЕКС РУБЛЕННЫЙ ПАРОВОЙ, 90Г	90	238,06
4	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ, 150Г	150	249,98
5	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ, 200Г	200	65,46
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	105,20
7	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	77,20

Итого: 967,64

ПОЛДНИК

1	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ, 35Г	35	137,36
2	ЖЕЛЕ ИЗ КЛЮКВЫ, 85Г	85	31,91
3	КЕФИР, 180Г	180	90,18

Итого: 259,45

УЖИН

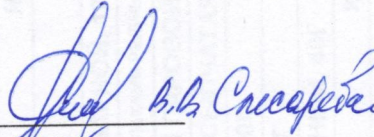
1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ, 100Г	100	55,33
2	ОМЛЕТ С КАПУСТОЙ ЦВЕТНОЙ, 150Г	150	194,30
3	СОК БАНАН-КЛУБНИКА, 200МЛ	200	76,00
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	105,20
5	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	77,20

Итого: 508,03

Всего: 2348,06

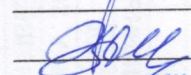
Директор комбината питания

Калькулятор


Калькулятор
Теплякова Л.В.

Директор школы

Зав. производством


Зав. производством
Ожигбесова Л.В.

КП ПАО ПНППК

на 14.04.2026		Подразделение: ДЕТИ 1-4 КЛАСС												
Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг				
		Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe	
ЗАВТРАК														
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ, 200/10	210	6,12	10,87	40,59	284,65	0,08	0,18	1,29	59,80	125,98	159,83	36,43	0,59	
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ, 40Г	40	1,77	3,91	20,35	123,61	0,02	0,01		20,00	5,00	14,50	2,60	0,25	
ЧАЙ С МОЛОКОМ НАТУР, 230Г	230	1,89	2,08	9,63	64,80	0,03	0,10	0,85	13,00	78,20	58,50	9,10	0,09	
БАТОН НАРЕЗНОЙ, 20Г	20	1,66	0,28	10,48	51,08	0,02	0,01			3,80	13,00	2,60	0,24	
Итого:	500	11,44	17,14	81,05	524,14	0,15	0,30	2,14	92,80	212,98	245,83	50,73	1,17	
2-Й ЗАВТРАК														
ЯБЛОКО ПОРЦИОННО, 200Г	200	0,80	0,80	19,60	88,80	0,06	0,04	20,00		32,00	22,00	18,00	4,40	
Итого:	200	0,80	0,80	19,60	88,80	0,06	0,04	20,00	0,00	32,00	22,00	18,00	4,40	
ОБЕД														
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ, 100Г	100	1,48	6,10	8,65	95,35	0,02	0,05	8,75		45,48	50,52	25,64	1,68	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ РЫБНЫМИ, 250Г	250	7,28	3,48	18,99	136,39	0,14	0,09	23,51	3,13	23,21	79,07	30,75	1,24	
БИФСТЕКС РУБЛЕННЫЙ ПАРОВОЙ, 90Г	90	20,27	17,44		238,06	0,07	0,16			10,55	205,07	24,02	2,95	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ, 150Г	150	9,42	5,87	39,86	249,98		0,12	4,21	24,00	14,47	176,40	117,08	3,94	
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ, 200Г	200	1,04	0,06	15,19	65,46	0,02	0,04	0,80		32,15	29,20	21,00	0,66	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	2,76	2,00	19,04	105,20	0,06	0,02			9,20	34,80	13,20	0,80	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	3,12	0,56	14,92	77,20	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24	
Итого:	870	45,37	35,51	116,65	967,64	0,35	0,49	37,27	27,13	144,26	617,46	241,69	12,51	
ПОЛДНИК														
БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ, 35Г	35	2,72	4,81	20,80	137,36	0,04	0,02		24,40	6,60	22,45	3,85	0,32	
ЖЕЛЕ ИЗ КЛЮКВЫ, 85Г	85	2,27	0,01	5,68	31,91			1,43		1,50	1,05	1,43	0,12	
КЕФИР, 180Г	180	5,22	4,50	7,20	90,18	0,07	0,31	1,26	36,00	216,00	162,00	25,20	0,18	
Итого:	300	10,21	9,32	33,68	259,45	0,11	0,33	2,69	60,40	224,10	185,50	30,48	0,62	
УЖИН														
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ, 100Г	100	0,96	4,15	3,53	55,33	0,05	0,03	16,08		18,34	30,62	16,55	0,73	
ОМЛЕТ С КАПУСТОЙ ЦВЕТНОЙ, 150Г	150	12,28	14,10	4,57	194,30	0,12	0,46	30,66	223,60	107,98	212,12	22,76	2,61	
СОК БАНАН-КЛУБНИКА, 200МЛ	200			19,00	76,00									
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	2,76	2,00	19,04	105,20	0,06	0,02			9,20	34,80	13,20	0,80	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	3,12	0,56	14,92	77,20	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24	
Итого:	530	19,12	20,81	61,06	508,03	0,27	0,52	46,74	223,60	144,72	319,94	62,51	5,38	
Всего за день:	2400	86,94	83,58	312,04	2348,06	0,94	1,68	108,84	403,93	758,06	1390,73	403,41	24,08	

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1 : 3,6



КП ПАО ПНППК

Меню на 15.04.2026 года

ДЕТИ 1-4 КЛАСС

№	Название блюда	Выход	Калорийн., ккал
---	----------------	-------	-----------------

ЗАВТРАК

1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ, 200/10	200/10	305,87
2	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, 45Г	45	147,55
3	КАКАО С МОЛОКОМ, 205ГР	205	106,00
4	БАТОН НАРЕЗНОЙ, 20Г	20	51,08

Итого: 610,50

2-Й ЗАВТРАК

1	СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ, 200МЛ	200	80,00
---	----------------------------	-----	-------

Итого: 80,00

ОБЕД

1	ИКРА МОРКОВНАЯ, 60Г	60	46,52
2	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ, 250Г	250	142,97
3	КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ, 200Г	200	407,20
4	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ, 200Г	200	64,07
5	ГРЕНКИ ИЗ БАТОНА, 20Г	20	51,08
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 20Г	20	52,60
7	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	77,20

Итого: 841,64

ПОЛДНИК

1	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ, 250Г	250	148,00
2	ВАФЛИ С НАЧИНОКОЙ СЛИВОЧНОЙ, 50	50	175,05

Итого: 323,05

УЖИН

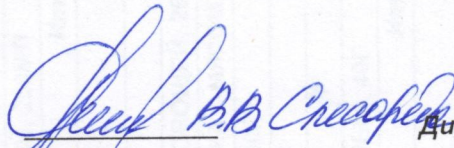
1	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ, 100Г (ВАР.2)	100	48,33
2	КОТЛЕТА РЫБНАЯ, 90Г (СУДАК)	90	126,73
3	ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ, 150Г	150	163,00
4	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ, 200Г	200	45,80
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	105,20
6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	77,20

Итого: 566,26

Всего: 2421,45

Директор комбината питания

Калькулятор


Калькулятор
Теплякова Л.В.

Директор школы

Зав. производством


Зав. производством
Ожгибесова Л.В.

КП ПАО ПНППК

на 15.04.2026		Подразделение: ДЕТИ 1-4 КЛАСС												
Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг				
		Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe	
ЗАВТРАК														
1 КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ, 200/10	210	8,63	11,97	40,90	305,87	0,25	0,18	1,25	59,20	132,66	206,20	55,03	1,49	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ, 45Г	45	6,57	8,79	10,55	147,55	0,02	0,01		20,00	5,00	14,50	2,60	0,25	
1 КАКАО С МОЛОКОМ, 205ГР	205	4,18	4,26	12,74	106,00	0,05	0,19	1,56	23,92	147,42	126,65	29,08	0,78	
1 БАТОН НАРЕЗНОЙ, 20Г	20	1,66	0,28	10,48	51,08	0,02	0,01			3,80	13,00	2,60	0,24	
Итого:	480	21,04	25,30	74,67	610,50	0,34	0,39	2,81	103,12	288,88	360,35	89,31	2,76	
2-Й ЗАВТРАК														
1 СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ, 200МЛ	200			20,00	80,00									
Итого:	200	0,00	0,00	20,00	80,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ОБЕД														
ИКРА МОРКОВНАЯ, 60Г	60	1,25	1,57	6,84	46,52	0,05	0,05	7,75		19,78	40,76	25,22	0,66	
1 СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ, 250Г	250	6,77	7,98	11,01	142,97	0,08	0,09	7,23	30,28	21,97	82,41	23,96	0,91	
1 КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ, 200Г	200	25,02	22,20	26,83	407,20	0,26	0,31	31,00	28,50	32,32	313,74	61,29	4,60	
1 КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ, 200Г	200	0,11		15,91	64,07			3,00		6,64	9,13	3,00	0,14	
1 ГРЕНКИ ИЗ БАТОНА, 20Г	20	1,66	0,28	10,48	51,08	0,02	0,01			3,80	13,00	2,60	0,24	
1 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 20Г	20	1,38	1,00	9,52	52,60	0,03	0,01			4,60	17,40	6,60	0,40	
1 ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	3,12	0,56	14,92	77,20	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24	
Итого:	790	39,31	33,59	95,51	841,64	0,48	0,48	48,98	58,78	98,31	518,84	132,67	8,19	
ПОЛДНИК														
1 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ, 250Г	250	7,25	8,00	11,75	148,00	0,10	0,38	3,25	50,00	300,00	225,00	35,00	0,25	
1 ВАФЛИ С НАЧИНОКОЙ СЛИВОЧНОЙ, 50	50	1,40	1,65	38,65	175,05									
Итого:	300	8,65	9,65	50,40	323,05	0,10	0,38	3,25	50,00	300,00	225,00	35,00	0,25	
УЖИН														
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ, 100Г (ВАР.2)	100	0,25	4,11	2,59	48,33	0,01	0,01	3,81		9,27	9,78	5,31	0,61	
КОТЛЕТА РЫБНАЯ, 90Г (СУДАК)	90	14,92	1,48	13,45	126,73	0,02	0,03	0,18	2,70	21,08	22,93	4,08	0,22	
21 ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ, 150Г	150	4,86	11,33	10,41	163,00		0,01		30,00	3,64	2,63	0,11	0,03	
21 КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ, 200Г	200	0,20	0,20	10,81	45,80	0,02	0,01	10,68		8,05	5,41	4,43	1,10	
21 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	2,76	2,00	19,04	105,20	0,06	0,02			9,20	34,80	13,20	0,80	
21 ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	3,12	0,56	14,92	77,20	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24	
Итого:	620	26,11	19,68	71,22	566,26	0,15	0,09	14,67	32,70	60,44	117,95	37,13	4,00	
Всего за день:	2390	95,11	88,22	311,80	2421,45	1,07	1,34	69,71	244,60	747,63	1222,14	294,11	15,20	

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,9 : 3,3



КП ПАО ПНППК

Меню на 16.04.2026 года

ДЕТИ 1-4 КЛАСС

№	Название блюда	Выход	Калорийн., ккал
---	----------------	-------	-----------------

ЗАВТРАК

1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ, 200/10	200/10	297,62
2	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ, 1ШТ	60	94,26
3	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ, 200Г	200	99,30
4	БАТОН НАРЕЗНОЙ, 40Г	40	102,16

Итого: 593,34

2-Й ЗАВТРАК

1	ГРУША СВЕЖАЯ ПОРЦИОННО, 200Г	200	91,00
---	------------------------------	-----	-------

Итого: 91,00

ОБЕД

1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ, 100Г	100	55,33
2	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ, 250/10Г	250/10	166,95
3	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ, 200Г	200	346,37
4	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ, 200Г	200	65,46
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	105,20
6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	77,20

Итого: 816,51

ПОЛДНИК

1	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ (100)	100	315,23
2	КЕФИР, 200Г	200	100,20

Итого: 415,43

УЖИН

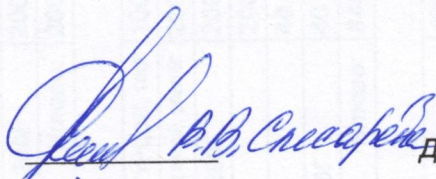
1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЬМ ГОРОШКОМ, 100Г	100	89,63
2	ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ, 200Г	200	223,06
3	СОК ЯБЛОЧНЫЙ, 200МЛ	200	82,40
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	105,20
5	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	77,20

Итого: 577,49

Всего: 2493,77

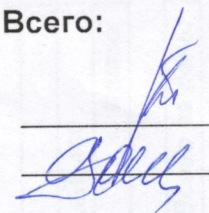
Директор комбината питания

Калькулятор


Калькулятор
Теплякова Л.В.

Директор школы

Зав. производством


Зав. производством
Ожигбессова Л.В.

КП ПАО ПНППК

на 16.04.2026		Подразделение: ДЕТИ 1-4 КЛАСС												
Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг				
		Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe	
ЗАВТРАК														
КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ, 200/10	210	8,38	10,92	41,45	297,62	0,19	0,21	1,25	59,20	139,15	220,20	43,53	2,34	
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ, 1ШТ	60	7,62	6,90	0,42	94,26	0,04	0,26		150,00	33,00	115,20	7,20	1,50	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ, 200Г	200	3,41	3,62	13,28	99,30	0,05	0,17	1,47	22,60	135,77	101,70	15,82	0,13	
БАТОН НАРЕЗНОЙ, 40Г	40	3,32	0,56	20,96	102,16	0,04	0,01			7,60	26,00	5,20	0,48	
<i>Итого:</i>	<i>510</i>	<i>22,73</i>	<i>22,00</i>	<i>76,11</i>	<i>593,34</i>	<i>0,32</i>	<i>0,65</i>	<i>2,72</i>	<i>231,80</i>	<i>315,52</i>	<i>463,10</i>	<i>71,75</i>	<i>4,45</i>	
2-Й ЗАВТРАК														
ГРУША СВЕЖАЯ ПОРЦИОННО, 200Г	200	0,80	0,60	20,60	91,00	0,04	0,06	10,00		38,00	32,00	24,00	4,60	
<i>Итого:</i>	<i>200</i>	<i>0,80</i>	<i>0,60</i>	<i>20,60</i>	<i>91,00</i>	<i>0,04</i>	<i>0,06</i>	<i>10,00</i>	<i>0,00</i>	<i>38,00</i>	<i>32,00</i>	<i>24,00</i>	<i>4,60</i>	
ОБЕД														
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ, 100Г	100	0,96	4,15	3,53	55,33	0,05	0,03	16,08		18,34	30,62	16,55	0,73	
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ, 250/10Г	260	7,34	9,84	12,27	166,95	0,08	0,11	12,24	25,96	44,02	101,06	31,02	1,57	
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ, 200Г	200	19,56	14,08	35,36	346,37	0,10	0,08	3,70	45,47	21,69	198,81	84,96	1,64	
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ, 200Г	200	1,04	0,06	15,19	65,46	0,02	0,04	0,80		32,15	29,20	21,00	0,66	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	2,76	2,00	19,04	105,20	0,06	0,02			9,20	34,80	13,20	0,80	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	3,12	0,56	14,92	77,20	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24	
<i>Итого:</i>	<i>840</i>	<i>34,78</i>	<i>30,69</i>	<i>100,31</i>	<i>816,51</i>	<i>0,35</i>	<i>0,29</i>	<i>32,82</i>	<i>71,43</i>	<i>134,60</i>	<i>436,89</i>	<i>176,73</i>	<i>6,64</i>	
ПОЛДНИК														
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ (100)	100	8,97	4,84	58,95	315,23	0,12	0,04		8,25	17,34	68,21	11,95	0,98	
КЕФИР, 200Г	200	5,80	5,00	8,00	100,20	0,08	0,34	1,40	40,00	240,00	180,00	28,00	0,20	
<i>Итого:</i>	<i>300</i>	<i>14,77</i>	<i>9,84</i>	<i>66,95</i>	<i>415,43</i>	<i>0,20</i>	<i>0,38</i>	<i>1,40</i>	<i>48,25</i>	<i>257,34</i>	<i>248,21</i>	<i>39,95</i>	<i>1,18</i>	
УЖИН														
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЬМ ГОРОШКОМ, 100Г	100	2,04	6,13	6,56	89,63	0,08	0,06	7,03		24,45	57,04	29,84	0,69	
ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ, 200Г	200	5,69	9,51	28,68	223,06	0,17	0,16	22,37	67,50	40,35	115,59	43,16	1,60	
СОК ЯБЛОЧНЫЙ, 200МЛ	200			20,60	82,40									
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	2,76	2,00	19,04	105,20	0,06	0,02			9,20	34,80	13,20	0,80	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	3,12	0,56	14,92	77,20	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24	
<i>Итого:</i>	<i>580</i>	<i>13,61</i>	<i>18,20</i>	<i>89,80</i>	<i>577,49</i>	<i>0,35</i>	<i>0,25</i>	<i>29,40</i>	<i>67,50</i>	<i>83,20</i>	<i>249,83</i>	<i>96,20</i>	<i>4,33</i>	
<i>Всего за день:</i>	<i>2430</i>	<i>86,69</i>	<i>81,33</i>	<i>353,77</i>	<i>2493,77</i>	<i>1,26</i>	<i>1,63</i>	<i>76,34</i>	<i>418,98</i>	<i>828,66</i>	<i>1430,03</i>	<i>408,63</i>	<i>21,20</i>	

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,9 : 4,1



КП ПАО ПНППК

Меню на 17.04.2026 года

ДЕТИ 1-4 КЛАСС

№	Название блюда	Выход	Калорийн., ккал
ЗАВТРАК			
1	КАША ДРУЖБА С МАСЛОМ, 200/10Г	200/10	286,14
2	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, 45Г	45	147,55
3	ЧАЙ С МОЛОКОМ НАТУР, 230Г	230	64,80
4	БАТОН НАРЕЗНОЙ, 20Г	20	51,08

Итого: 549,57

2-Й ЗАВТРАК

1	СОК ЯБЛОКО-ПЕРСИК, 200МЛ	200	88,00
---	--------------------------	-----	-------

Итого: 88,00

ОБЕД

1	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ, 100Г (ВАР.2)	100	48,33
2	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ, 250/10	260	187,80
3	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ, 90Г	90	181,91
4	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ, 150Г	150	161,55
5	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ, 200Г	200	89,06
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	105,20
7	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	77,20

Итого: 851,05

ПОЛДНИК

1	БЛИНЧИКИ С ДЖЕМОМ, 90/15Г	90/15	244,33
2	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ, 200Г	200	169,24

Итого: 413,57

УЖИН

1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ, 100Г	100	73,85
2	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА, 200Г	200	347,14
3	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ, 20Г	20	65,86
4	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ, 200Г	200	64,07
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	105,20
6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	77,20

Итого: 733,32

Всего: 2635,51

Директор комбината питания

Калькулятор

Теплякова Л.В.
Калькулятор
Теплякова Л.В.

Директор школы

Зав. производством

Ожгибасова Л.Б.

Зав. производством
Ожгибасова Л.Б.

КП ПАО ПНППК

на 17.04.2026

Подразделение: ДЕТИ 1-4 КЛАСС

	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
1	КАША ДРУЖБА С МАСЛОМ, 200/10Г	210	7,00	11,38	38,92	286,14	0,16	0,18	1,33	60,40	134,00	175,78	42,60	0,97
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, 45Г	45	6,57	8,79	10,55	147,55	0,02	0,01		20,00	5,00	14,50	2,60	0,25
1	ЧАЙ С МОЛОКОМ НАТУР, 230Г	230	1,89	2,08	9,63	64,80	0,03	0,10	0,85	13,00	78,20	58,50	9,10	0,09
1	БАТОН НАРЕЗНОЙ, 20Г	20	1,66	0,28	10,48	51,08	0,02	0,01			3,80	13,00	2,60	0,24
	<i>Итого:</i>	505	17,12	22,53	69,58	549,57	0,23	0,30	2,18	93,40	221,00	261,78	56,90	1,55
2-Й ЗАВТРАК														
1	СОК ЯБЛОКО-ПЕРСИК, 200МЛ	200			22,00	88,00								
	<i>Итого:</i>	200	0,00	0,00	22,00	88,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ОБЕД														
	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ, 100Г (ВАР.2)	100	0,25	4,11	2,59	48,33	0,01	0,01	3,81		9,27	9,78	5,31	0,61
1	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ, 250/10	260	7,39	9,78	17,57	187,80	0,14	0,12	17,48	25,28	31,82	121,06	32,50	1,35
1	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ, 90Г	90	23,03	9,64	0,76	181,91	0,22	0,18	6,13	32,70	28,38	224,44	35,52	0,76
1	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ, 150Г	150	3,07	5,68	24,55	161,55	0,18	0,11	30,00	28,00	17,78	89,33	34,57	1,37
3	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ, 200Г	200	0,44	0,02	21,78	89,06		0,01	0,40		22,50	15,40	6,00	1,23
1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	2,76	2,00	19,04	105,20	0,06	0,02			9,20	34,80	13,20	0,80
1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	3,12	0,56	14,92	77,20	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24
	<i>Итого:</i>	880	40,06	31,79	101,21	851,05	0,65	0,46	57,82	85,98	128,15	537,21	137,10	7,36
ПОЛДНИК														
1	БЛИНЧИКИ С ДЖЕМОМ, 90/15Г	105	7,91	4,42	43,23	244,33	0,11	0,19	1,22	38,80	124,85	132,79	20,24	0,76
1	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ, 200Г	200	5,60	5,00	25,46	169,24	0,02		0,28	8,02	48,16	36,12	5,62	0,04
	<i>Итого:</i>	305	13,51	9,42	68,69	413,57	0,13	0,19	1,50	46,82	173,01	168,91	25,86	0,80
УЖИН														
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ, 100Г	100	1,35	4,09	7,92	73,85	0,02	0,05	8,01		41,60	46,21	23,47	1,54
1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА, 200Г	200	31,91	15,49	20,02	347,14	0,10	0,51	0,39	71,40	235,48	362,39	47,83	0,92
1	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ, 20Г	20	1,44	1,70	11,20	65,86			0,03	0,80	4,82	3,61	0,56	
1	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ, 200Г	200	0,11		15,91	64,07			3,00		6,64	9,13	3,00	0,14
1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	2,76	2,00	19,04	105,20	0,06	0,02			9,20	34,80	13,20	0,80
1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	3,12	0,56	14,92	77,20	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24
	<i>Итого:</i>	600	40,69	23,84	89,01	733,32	0,22	0,59	11,43	72,20	306,94	498,54	98,06	4,64
	<i>Всего за день:</i>	2490	111,38	87,58	350,49	2635,51	1,23	1,54	72,93	298,40	829,10	1466,44	317,92	14,35

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,8 : 3,1



КП ПАО ПНППК

Меню на 20.04.2026 года

ДЕТИ 1-4 КЛАСС

N	Название блюда	Выход	Калорийн., ккал
---	----------------	-------	-----------------

ЗАВТРАК

1	КАША ИЗ ХЛОПЬЕВ ГЕРКУЛЕС ЖИДКАЯ С МАСЛОМ, 200/10	200/10	255,23
2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ, 40Г	40	123,61
3	КАКАО С МОЛОКОМ, 230ГР	230	118,93
4	БАТОН НАРЕЗНОЙ, 20Г	20	51,08

Итого: 548,85

2-Й ЗАВТРАК

1	ЯБЛОКО ПОРЦИОННО, 200Г	200	88,80
---	------------------------	-----	-------

Итого: 88,80

ОБЕД

1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЬМ ГОРОШКОМ, 100Г	100	112,23
2	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, 250/10	250/10	164,24
3	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ, 70/35	70/3575/75	343,05
4	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ, 150Г	150	211,95
5	КОМПОТ ИЗ ВИШЕН И ЯБЛОК, 200Г	200	42,70
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	105,20
7	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	77,20

Итого: 1056,57

ПОЛДНИК

1	КЕФИР, 200Г	200	100,20
2	ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ, 100Г	100	202,58

Итого: 302,78

УЖИН

1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ, 100Г	100	55,80
2	КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С ПЕЧЕНЬЮ, 250Г	250	303,31
3	СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ, 200МЛ	200	80,00
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	105,20
5	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	77,20

Итого: 621,51

Всего: 2618,51

Директор комбината питания

Калькулятор

Калькулятор
Теплякова Л.В.

Директор школы

Зав. производством

Зав. производством
Ожиганова Л.В.

КП ПАО ПНППК

на 20.04.2026		Подразделение: ДЕТИ 1-4 КЛАСС												
Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг				
		Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe	
ЗАВТРАК														
КАША ИЗ ХЛОПЬЕВ ГЕРКУЛЕС ЖИДКАЯ С МАСЛОМ, 200/10	210	7,33	12,95	27,34	255,23	0,19	0,22	1,53	63,60	161,30	211,11	56,58	1,27	
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ, 40Г	40	1,77	3,91	20,35	123,61	0,02	0,01		20,00	5,00	14,50	2,60	0,25	
КАКАО С МОЛОКОМ, 230ГР	230	4,69	4,78	14,29	118,93	0,06	0,21	1,74	26,83	165,40	142,09	32,63	0,87	
БАТОН НАРЕЗНОЙ, 20Г	20	1,66	0,28	10,48	51,08	0,02	0,01			3,80	13,00	2,60	0,24	
Итого:	500	15,45	21,92	72,46	548,85	0,29	0,45	3,27	110,43	335,50	380,70	94,41	2,63	
2-Й ЗАВТРАК														
ЯБЛОКО ПОРЦИОННО, 200Г	200	0,80	0,80	19,60	88,80	0,06	0,04	20,00		32,00	22,00	18,00	4,40	
Итого:	200	0,80	0,80	19,60	88,80	0,06	0,04	20,00	0,00	32,00	22,00	18,00	4,40	
ОБЕД														
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ, 100Г	100	2,09	6,29	11,80	112,23	0,10	0,06	15,00		23,72	57,56	20,57	0,86	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, 250/10	260	7,04	11,10	9,04	164,24	0,08	0,08	8,14	25,96	24,51	80,28	19,21	0,83	
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ, 70/35	105	22,43	26,86	2,90	343,05	0,09	0,21	1,65	29,75	33,95	242,45	33,13	3,36	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ, 150Г	150	5,67	5,01	36,04	211,95	0,09	0,03		24,00	12,97	46,55	8,27	0,84	
КОМПОТ ИЗ ВИШЕН И ЯБЛОК, 200Г	200	0,27	0,22	9,92	42,70	0,01	0,01	3,14		5,17	3,45	2,83	0,71	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	2,76	2,00	19,04	105,20	0,06	0,02			9,20	34,80	13,20	0,80	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	3,12	0,56	14,92	77,20	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24	
Итого:	895	43,38	52,04	103,66	1056,57	0,47	0,42	27,93	79,71	118,72	507,49	107,21	8,64	
ПОЛДНИК														
КЕФИР, 200Г	200	5,80	5,00	8,00	100,20	0,08	0,34	1,40	40,00	240,00	180,00	28,00	0,20	
ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ, 100Г	100	5,91	4,55	34,50	202,58	0,13	0,09	11,13	22,45	28,47	79,37	19,95	1,04	
Итого:	300	11,71	9,55	42,50	302,78	0,21	0,43	12,53	62,45	268,47	259,37	47,95	1,24	
УЖИН														
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ, 100Г	100	0,67	5,09	1,82	55,80	0,03	0,02	6,72		17,06	29,05	13,48	0,49	
КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С ПЕЧЕНЬЮ, 250Г	250	18,20	6,75	42,43	303,31	0,49	1,77	68,29	631,79	37,01	366,09	64,68	7,15	
СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ, 200МЛ	200			20,00	80,00									
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	2,76	2,00	19,04	105,20	0,06	0,02			9,20	34,80	13,20	0,80	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	3,12	0,56	14,92	77,20	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24	
Итого:	630	24,75	14,40	98,21	621,51	0,62	1,82	75,01	631,79	72,47	472,34	101,36	9,68	
Всего за день:	2525	96,09	98,71	336,43	2618,51	1,65	3,16	138,74	884,38	827,16	1641,90	368,93	26,59	

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1 : 3,5



КП ПАО ПНПК

Меню на 21.04.2026 года

ДЕТИ 1-4 КЛАСС

№	Название блюда	Выход	Калорийн., ккал
---	----------------	-------	-----------------

ЗАВТРАК

1	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ, 200/10	200/10	284,65
2	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, 45Г	45	147,55
3	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ, 225Г	225	112,35
4	БАТОН НАРЕЗНОЙ, 20Г	20	51,08

Итого: 595,63

2-Й ЗАВТРАК

1	СОК БАНАН-КЛУБНИКА, 200МЛ	200	76,00
---	---------------------------	-----	-------

Итого: 76,00

ОБЕД

1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ, 100Г	100	95,35
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ, 250Г	250	210,42
3	КОТЛЕТА ШКОЛЬНАЯ, 100Г	100	231,80
4	КАПУСТА ТУШЕНАЯ, 150Г	150	120,38
5	НАПИТОК ИЗ ОБЛЕПИХИ	200	27,58
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	105,20
7	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	77,20

Итого: 867,93

ПОЛДНИК

1	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ, 200Г	200	118,40
2	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, 100Г	100	193,89
3	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ, 20Г	20	65,86

Итого: 378,15

УЖИН

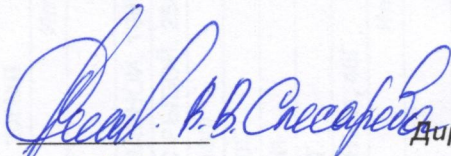
1	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ, 100Г	100	98,02
2	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, 150Г	150	225,73
3	КОМПОТ ИЗ ВИШЕН И ЯБЛОК, 200Г	200	42,70
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	105,20
5	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	77,20

Итого: 548,85

Всего: 2466,56


Директор комбината питания

Калькулятор


Калькулятор
Теплякова Л.В.

Директор школы

Зав. производством


Зав. производством
Теплякова Л.В.

КП ПАО ПНППК

на 21.04.2026		Подразделение: ДЕТИ 1-4 КЛАСС												
Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг				
		Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe	
ЗАВТРАК														
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ, 200/10	210	6,12	10,87	40,59	284,65	0,08	0,18	1,29	59,80	125,98	159,83	36,43	0,59	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ, 45Г	45	6,57	8,79	10,55	147,55	0,02	0,01		20,00	5,00	14,50	2,60	0,25	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ, 225Г	225	3,83	4,07	15,09	112,35	0,05	0,19	1,65	25,44	152,80	114,46	17,80	0,15	
БАТОН НАРЕЗНОЙ, 20Г	20	1,66	0,28	10,48	51,08	0,02	0,01			3,80	13,00	2,60	0,24	
<i>Итого:</i>	500	18,18	24,01	76,71	595,63	0,17	0,39	2,94	105,24	287,58	301,79	59,43	1,23	
2-Й ЗАВТРАК														
СОК БАНАН-КЛУБНИКА, 200МЛ	200			19,00	76,00									
<i>Итого:</i>	200	0,00	0,00	19,00	76,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ОБЕД														
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ, 100Г	100	1,48	6,10	8,65	95,35	0,02	0,05	8,75		45,48	50,52	25,64	1,68	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ, 250Г	250	14,26	8,18	19,93	210,42	0,26	0,18	24,63	16,38	31,96	187,11	47,56	1,53	
КОТЛЕТА ШКОЛЬНАЯ, 100Г	100	19,22	11,01	13,95	231,80	0,09	0,13	0,94	30,60	36,02	173,27	49,98	1,98	
КАПУСТА ТУШЕНАЯ, 150Г	150	3,96	5,14	14,56	120,38	0,03	0,04	6,83	27,20	12,25	23,19	11,67	0,48	
НАПИТОК ИЗ ОБЛЕПИХИ	200	0,12	0,54	5,56	27,58					0,15			0,02	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	2,76	2,00	19,04	105,20	0,06	0,02			9,20	34,80	13,20	0,80	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	3,12	0,56	14,92	77,20	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24	
<i>Итого:</i>	880	44,92	33,53	96,61	867,93	0,50	0,43	41,15	74,18	144,26	511,29	158,05	7,73	
ПОЛДНИК														
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ, 200Г	200	5,80	6,40	9,40	118,40	0,08	0,30	2,60	40,00	240,00	180,00	28,00	0,20	
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, 100Г	100	16,49	5,66	19,24	193,89	0,06	0,26	0,19	24,60	117,34	184,52	24,57	0,56	
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ, 20Г	20	1,44	1,70	11,20	65,86			0,03	0,80	4,82	3,61	0,56		
<i>Итого:</i>	320	23,73	13,76	39,84	378,15	0,14	0,56	2,82	65,40	362,16	368,13	53,13	0,76	
УЖИН														
САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ, 100Г	100	1,53	6,09	9,27	98,02	0,02	0,02	26,30		42,98	29,68	14,46	0,57	
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, 150Г	150	14,49	17,05	3,59	225,73	0,10	0,54	0,78	282,00	130,04	247,88	20,51	2,59	
КОМПОТ ИЗ ВИШЕН И ЯБЛОК, 200Г	200	0,27	0,22	9,92	42,70	0,01	0,01	3,14		5,17	3,45	2,83	0,71	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	2,76	2,00	19,04	105,20	0,06	0,02			9,20	34,80	13,20	0,80	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	3,12	0,56	14,92	77,20	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24	
<i>Итого:</i>	530	22,17	25,92	56,74	548,85	0,23	0,60	30,22	282,00	196,59	358,21	61,00	5,91	
<i>Всего за день:</i>	2430	109,00	97,22	288,90	2466,56	1,04	1,98	77,13	526,82	990,59	1539,42	331,61	15,63	

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,9 : 2,7



КП ПАО ПНППК
Меню на 22.04.2026 года

ДЕТИ 1-4 КЛАСС

№	Название блюда	Выход	Калорийн., ккал
---	----------------	-------	-----------------

ЗАВТРАК

1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ, 200/10	200/10	305,87
2	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ, 1ШТ	60	94,26
3	ЧАЙ С МОЛОКОМ НАТУР, 200Г	200	55,72
4	БАТОН НАРЕЗНОЙ, 40Г	40	102,16

Итого: 558,01

2-Й ЗАВТРАК

1	БАНАН ПОРЦИОННО, 200Г	200	189,00
---	-----------------------	-----	--------

Итого: 189,00

ОБЕД

1	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ, 100Г	100	98,34
2	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ, 250Г	250	142,97
3	ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ, 200Г	200	407,50
4	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ, 200Г	200	65,46
5	ГРЕНКИ ИЗ БАТОНА, 20Г	20	51,08
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 20Г	20	52,60
7	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	77,20

Итого: 895,15

ПОЛДНИК

1	КЕФИР, 250Г	250	125,25
2	ВАФЛИ С НАЧИНОКОЙ СЛИВОЧНОЙ, 50	50	175,05

Итого: 300,30

УЖИН

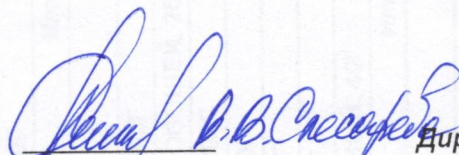
1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ, 100Г	100	55,33
2	КОТЛЕТА РЫБНАЯ, 90Г (СУДАК)	90	126,73
3	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ, 150Г	150	152,98
4	НАПИТОК ИЗ СМОРОДИНЫ	200	30,95
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	105,20
6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	77,20

Итого: 548,39

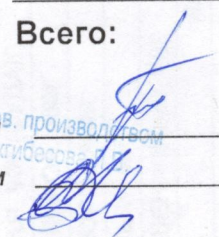
Всего: 2490,85

Директор комбината питания

Калькулятор


Директор школы
Калькулятор
Теплякова Л.В.

Зав. производством


Зав. производством

КП ПАО ПНППК

на 22.04.2026		Подразделение: ДЕТИ 1-4 КЛАСС												
Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг				
		Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe	
ЗАВТРАК														
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ, 200/10	210	8,63	11,97	40,90	305,87	0,25	0,18	1,25	59,20	132,66	206,20	55,03	1,49	
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ, 1ШТ	60	7,62	6,90	0,42	94,26	0,04	0,26		150,00	33,00	115,20	7,20	1,50	
ЧАЙ С МОЛОКОМ НАТУР, 200Г	200	1,64	1,81	8,22	55,72	0,02	0,09	0,74	11,30	67,97	50,85	7,91	0,07	
БАТОН НАРЕЗНОЙ, 40Г	40	3,32	0,56	20,96	102,16	0,04	0,01			7,60	26,00	5,20	0,48	
<i>Итого:</i>	<i>510</i>	<i>21,21</i>	<i>21,24</i>	<i>70,50</i>	<i>558,01</i>	<i>0,35</i>	<i>0,54</i>	<i>1,99</i>	<i>220,50</i>	<i>241,23</i>	<i>398,25</i>	<i>75,34</i>	<i>3,54</i>	
2-Й ЗАВТРАК														
БАНАН ПОРЦИОННО, 200Г	200	3,00	1,00	42,00	189,00	0,08	0,10	20,00		16,00	56,00	84,00	1,20	
<i>Итого:</i>	<i>200</i>	<i>3,00</i>	<i>1,00</i>	<i>42,00</i>	<i>189,00</i>	<i>0,08</i>	<i>0,10</i>	<i>20,00</i>	<i>0,00</i>	<i>16,00</i>	<i>56,00</i>	<i>84,00</i>	<i>1,20</i>	
ОБЕД														
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ, 100Г	100	1,56	6,18	9,13	98,34	0,06	0,05	14,88		30,07	48,43	24,47	0,92	
СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ, 250Г	250	6,77	7,98	11,01	142,97	0,08	0,09	7,23	30,28	21,97	82,41	23,96	0,91	
ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ, 200Г	200	17,85	17,92	43,70	407,50	0,11	0,16	2,50	32,00	25,84	242,94	56,25	2,82	
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ, 200Г	200	1,04	0,06	15,19	65,46	0,02	0,04	0,80		32,15	29,20	21,00	0,66	
ГРЕНКИ ИЗ БАТОНА, 20Г	20	1,66	0,28	10,48	51,08	0,02	0,01			3,80	13,00	2,60	0,24	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 20Г	20	1,38	1,00	9,52	52,60	0,03	0,01			4,60	17,40	6,60	0,40	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	3,12	0,56	14,92	77,20	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24	
<i>Итого:</i>	<i>830</i>	<i>33,38</i>	<i>33,98</i>	<i>113,95</i>	<i>895,15</i>	<i>0,36</i>	<i>0,37</i>	<i>25,41</i>	<i>62,28</i>	<i>127,63</i>	<i>475,78</i>	<i>144,88</i>	<i>7,19</i>	
ПОЛДНИК														
КЕФИР, 250Г	250	7,25	6,25	10,00	125,25	0,10	0,43	1,75	50,00	300,00	225,00	35,00	0,25	
ВАФЛИ С НАЧИНОКОЙ СЛИВОЧНОЙ, 50	50	1,40	1,65	38,65	175,05									
<i>Итого:</i>	<i>300</i>	<i>8,65</i>	<i>7,90</i>	<i>48,65</i>	<i>300,30</i>	<i>0,10</i>	<i>0,43</i>	<i>1,75</i>	<i>50,00</i>	<i>300,00</i>	<i>225,00</i>	<i>35,00</i>	<i>0,25</i>	
УЖИН														
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ, 100Г	100	0,96	4,15	3,53	55,33	0,05	0,03	16,08		18,34	30,62	16,55	0,73	
КОТЛЕТА РЫБНАЯ, 90Г (СУДАК)	90	14,92	1,48	13,45	126,73	0,02	0,03	0,18	2,70	21,08	22,93	4,08	0,22	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ, 150Г	150	3,15	6,28	20,96	152,98	0,16	0,13	24,59	32,50	43,04	93,27	31,23	1,15	
НАПИТОК ИЗ СМОРОДИНЫ	200	0,20	0,04	7,45	30,95	0,01	0,01	40,00		0,90	6,60	6,20	0,28	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	2,76	2,00	19,04	105,20	0,06	0,02			9,20	34,80	13,20	0,80	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	3,12	0,56	14,92	77,20	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24	
<i>Итого:</i>	<i>620</i>	<i>25,11</i>	<i>14,51</i>	<i>79,35</i>	<i>548,39</i>	<i>0,34</i>	<i>0,23</i>	<i>80,85</i>	<i>35,20</i>	<i>101,76</i>	<i>230,62</i>	<i>81,26</i>	<i>4,42</i>	
<i>Всего за день:</i>	<i>2460</i>	<i>91,35</i>	<i>78,63</i>	<i>354,45</i>	<i>2490,85</i>	<i>1,23</i>	<i>1,67</i>	<i>130,00</i>	<i>367,98</i>	<i>786,62</i>	<i>1385,65</i>	<i>420,48</i>	<i>16,60</i>	

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,9 : 3,9



КП ПАО ПНППК
Меню на 23.04.2026 года

ДЕТИ 1-4 КЛАСС

N	Название блюда	Выход	Калорийн., ккал
---	----------------	-------	-----------------

ЗАВТРАК

1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ, 200/10	200/10	297,62
2	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, 45Г	45	147,55
3	КАКАО С МОЛОКОМ, 230ГР	230	118,93
4	БАТОН НАРЕЗНОЙ, 20Г	20	51,08

Итого: 615,18

2-Й ЗАВТРАК

1	СОК ЯБЛОЧНЫЙ, 200МЛ	200	82,40
---	---------------------	-----	-------

Итого: 82,40

ОБЕД

1	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ, 100Г	100	86,85
2	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ, 250Г	250	194,85
3	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ, 200Г	200	371,15
4	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА, 200Г	200	74,20
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	105,20
6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	77,20

Итого: 909,45

ПОЛДНИК

1	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ, 35Г	35	137,36
2	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ, 85Г	85	72,81
3	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ, 180Г	180	152,32

Итого: 362,49

УЖИН

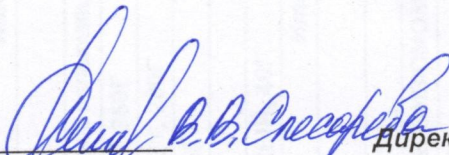
1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СУХОФРУКТАМИ, 100Г	100	118,72
2	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА, 200Г	200	347,14
3	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ, 20Г	20	65,86
4	ЧАЙ С ЛИМОНОМ, 200/7Г	200/7	33,38
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	105,20
6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	77,20

Итого: 747,50

Всего: 2717,02

Директор комбината питания

Калькулятор


Калькулятор
Теплякова Л.В.

Директор школы

Зав. производством


Зав. производством
Теплякова Л.В.

КП ПАО ПНППК

на 23.04.2026

Подразделение: ДЕТИ 1-4 КЛАСС

	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ, 200/10	210	8,38	10,92	41,45	297,62	0,19	0,21	1,25	59,20	139,15	220,20	43,53	2,34
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, 45Г	45	6,57	8,79	10,55	147,55	0,02	0,01		20,00	5,00	14,50	2,60	0,25
1	КАКАО С МОЛОКОМ, 230ГР	230	4,69	4,78	14,29	118,93	0,06	0,21	1,74	26,83	165,40	142,09	32,63	0,87
1	БАТОН НАРЕЗНОЙ, 20Г	20	1,66	0,28	10,48	51,08	0,02	0,01			3,80	13,00	2,60	0,24
	<i>Итого:</i>	<i>505</i>	<i>21,30</i>	<i>24,77</i>	<i>76,77</i>	<i>615,18</i>	<i>0,29</i>	<i>0,44</i>	<i>2,99</i>	<i>106,03</i>	<i>313,35</i>	<i>389,79</i>	<i>81,36</i>	<i>3,70</i>
2-Й ЗАВТРАК														
1	СОК ЯБЛОЧНЫЙ, 200МЛ	200			20,60	82,40								
	<i>Итого:</i>	<i>200</i>	<i>0,00</i>	<i>0,00</i>	<i>20,60</i>	<i>82,40</i>	<i>0,00</i>	<i>0,00</i>	<i>0,00</i>	<i>0,00</i>	<i>0,00</i>	<i>0,00</i>	<i>0,00</i>	<i>0,00</i>
ОБЕД														
	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ, 100Г	100	1,06	6,22	6,65	86,85	0,02	0,02	20,00		32,00	21,08	12,28	1,28
1	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ, 250Г	250	8,68	10,54	16,32	194,85	0,08	0,07	2,86	13,02	19,64	86,73	17,14	0,99
1	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ, 200Г	200	19,53	18,40	31,86	371,15	0,28	0,27	38,58	24,00	38,42	280,62	66,96	4,13
1	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА, 200Г	200	0,36		18,19	74,20	0,03	0,02			16,15	25,80	8,40	0,62
1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	2,76	2,00	19,04	105,20	0,06	0,02			9,20	34,80	13,20	0,80
1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	3,12	0,56	14,92	77,20	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24
	<i>Итого:</i>	<i>830</i>	<i>35,51</i>	<i>37,72</i>	<i>106,98</i>	<i>909,45</i>	<i>0,51</i>	<i>0,41</i>	<i>61,44</i>	<i>37,02</i>	<i>124,61</i>	<i>491,43</i>	<i>127,98</i>	<i>9,06</i>
ПОЛДНИК														
1	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ, 35Г	35	2,72	4,81	20,80	137,36	0,04	0,02		24,40	6,60	22,45	3,85	0,32
1	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ, 85Г	85	0,45	0,31	17,03	72,81	0,04	0,02	7,91		18,90	18,56	10,33	1,98
1	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ, 180Г	180	5,04	4,50	22,91	152,32	0,01		0,25	7,22	43,34	32,51	5,06	0,04
	<i>Итого:</i>	<i>300</i>	<i>8,21</i>	<i>9,62</i>	<i>60,74</i>	<i>362,49</i>	<i>0,09</i>	<i>0,04</i>	<i>8,16</i>	<i>31,62</i>	<i>68,84</i>	<i>73,52</i>	<i>19,24</i>	<i>2,34</i>
УЖИН														
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СУХОФРУКТАМИ, 100Г	100	1,44	6,08	14,56	118,72	0,03	0,05	7,39		46,15	56,64	26,20	1,74
1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА, 200Г	200	31,91	15,49	20,02	347,14	0,10	0,51	0,39	71,40	235,48	362,39	47,83	0,92
1	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ, 20Г	20	1,44	1,70	11,20	65,86			0,03	0,80	4,82	3,61	0,56	
1	ЧАЙ С ЛИМОНОМ, 200/7Г	207	0,06	0,01	8,26	33,38			2,80		3,04	1,54	0,84	0,07
1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	2,76	2,00	19,04	105,20	0,06	0,02			9,20	34,80	13,20	0,80
1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	3,12	0,56	14,92	77,20	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24
	<i>Итого:</i>	<i>607</i>	<i>40,73</i>	<i>25,84</i>	<i>88,00</i>	<i>747,50</i>	<i>0,23</i>	<i>0,59</i>	<i>10,61</i>	<i>72,20</i>	<i>307,89</i>	<i>501,38</i>	<i>98,63</i>	<i>4,77</i>
<i>Всего за день:</i>		<i>2442</i>	<i>105,75</i>	<i>97,95</i>	<i>353,09</i>	<i>2717,02</i>	<i>1,12</i>	<i>1,48</i>	<i>83,20</i>	<i>246,87</i>	<i>814,69</i>	<i>1456,12</i>	<i>327,21</i>	<i>19,87</i>

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,9 : 3,3



КП ПАО ПНППК

Меню на 24.04.2026 года

ДЕТИ 1-4 КЛАСС

№	Название блюда	Выход	Калорийн., ккал
ЗАВТРАК			
1	КАША ДРУЖБА С МАСЛОМ, 200/10Г	200/10	286,14
2	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ, 20/15Г	20/15	150,39
3	ЧАЙ С МОЛОКОМ НАТУР, 240Г	240	97,73
4	БАТОН НАРЕЗНОЙ, 20Г	20	51,08

Итого: 585,34

2-Й ЗАВТРАК

1	ГРУША СВЕЖАЯ ПОРЦИОННО, 200Г	200	91,00
---	------------------------------	-----	-------

Итого: 91,00

ОБЕД

1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ, 100Г	100	55,33
2	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ, 250/10Г	250/10	166,95
3	РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ (ПАРОВОЙ)	100	239,70
4	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ, 150Г	150	152,98
5	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ, 200Г	200	64,07
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	105,20
7	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	77,20

Итого: 861,43

ПОЛДНИК

1	БЛИНЧИКИ С ДЖЕМОМ, 90/15Г	90/15	244,33
2	КЕФИР, 200Г	200	100,20

Итого: 344,53

УЖИН

1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЬМ ГОРОШКОМ, 100Г	100	89,63
2	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ, 90Г	90	181,91
3	ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ, 150Г	150	163,00
4	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ, 200Г	200	65,46
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	105,20
6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	77,20

Итого: 682,40

Всего: 2564,70

Директор комбината питания

Калькулятор

Калькулятор
Теплякова Л.В.

Директор школы

Зав. производством

Зав. производством
Эжгибасова Л.В.

КП ПАО ПНППК

на 24.04.2026		Подразделение: ДЕТИ 1-4 КЛАСС												
Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг				
		Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe	
ЗАВТРАК														
КАША ДРУЖБА С МАСЛОМ, 200/10Г	210	7,00	11,38	38,92	286,14	0,16	0,18	1,33	60,40	134,00	175,78	42,60	0,97	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ, 20/15Г	35	1,81	11,16	10,69	150,39	0,02	0,02		60,00	7,40	17,50	2,60	0,27	
ЧАЙ С МОЛОКОМ НАТУР, 240Г	240	2,03	2,24	17,36	97,73	0,03	0,11	0,91	14,00	84,42	63,00	9,80	0,11	
БАТОН НАРЕЗНОЙ, 20Г	20	1,66	0,28	10,48	51,08	0,02	0,01			3,80	13,00	2,60	0,24	
<i>Итого:</i>	505	12,50	25,06	77,45	585,34	0,23	0,32	2,24	134,40	229,62	269,28	57,60	1,59	
2-Й ЗАВТРАК														
ГРУША СВЕЖАЯ ПОРЦИОННО, 200Г	200	0,80	0,60	20,60	91,00	0,04	0,06	10,00		38,00	32,00	24,00	4,60	
<i>Итого:</i>	200	0,80	0,60	20,60	91,00	0,04	0,06	10,00	0,00	38,00	32,00	24,00	4,60	
ОБЕД														
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ, 100Г	100	0,96	4,15	3,53	55,33	0,05	0,03	16,08		18,34	30,62	16,55	0,73	
БОРСЧ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ, 250/10Г	260	7,34	9,84	12,27	166,95	0,08	0,11	12,24	25,96	44,02	101,06	31,02	1,57	
РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ (ПАРОВОЙ)	100	18,00	15,56	6,92	239,70	0,09	0,27		90,00	30,52	207,56	23,77	3,00	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ, 150Г	150	3,15	6,28	20,96	152,98	0,16	0,13	24,59	32,50	43,04	93,27	31,23	1,15	
КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ, 200Г	200	0,11		15,91	64,07			3,00		6,64	9,13	3,00	0,14	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	2,76	2,00	19,04	105,20	0,06	0,02			9,20	34,80	13,20	0,80	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	3,12	0,56	14,92	77,20	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24	
<i>Итого:</i>	890	35,44	38,39	93,55	861,43	0,48	0,57	55,91	148,46	160,96	518,84	128,77	8,63	
ПОЛДНИК														
БЛИНЧИКИ С ДЖЕМОМ, 90/15Г	105	7,91	4,42	43,23	244,33	0,11	0,19	1,22	38,80	124,85	132,79	20,24	0,76	
КЕФИР, 200Г	200	5,80	5,00	8,00	100,20	0,08	0,34	1,40	40,00	240,00	180,00	28,00	0,20	
<i>Итого:</i>	305	13,71	9,42	51,23	344,53	0,19	0,53	2,62	78,80	364,85	312,79	48,24	0,96	
УЖИН														
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ, 100Г	100	2,04	6,13	6,56	89,63	0,08	0,06	7,03		24,45	57,04	29,84	0,69	
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ, 90Г	90	23,03	9,64	0,76	181,91	0,22	0,18	6,13	32,70	28,38	224,44	35,52	0,76	
ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ, 150Г	150	4,86	11,33	10,41	163,00		0,01		30,00	3,64	2,63	0,11	0,03	
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ, 200Г	200	1,04	0,06	15,19	65,46	0,02	0,04	0,80		32,15	29,20	21,00	0,66	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	2,76	2,00	19,04	105,20	0,06	0,02			9,20	34,80	13,20	0,80	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	3,12	0,56	14,92	77,20	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24	
<i>Итого:</i>	620	36,85	29,72	66,88	682,40	0,42	0,32	13,96	62,70	107,02	390,51	109,67	4,18	
<i>Всего за день:</i>	2520	99,30	103,19	309,71	2564,70	1,36	1,80	84,73	424,36	900,45	1523,42	368,28	19,96	

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1 : 3,1

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 194817133887330908750860259226673959162107159740

Владелец Крендель Галина Сергеевна

Действителен с 28.04.2026 по 28.04.2027