

Согласовано:
Директор МБОУ "ООШ № 19 "

Зарубина Н.В.
30 августа 2024 г.

Утверждено:
Директор ООО "Большая Перемена"

Шуль
дайс
А.А.

30 августа 2024 г.

Примерное меню на 1-4 недели для организации горячего питания обучающихся с 5-11класс (в категории МО, СВО, ТЖС, Многодетные)в школах г.Би

дети с 12 лет

Сезон: ОСЕНЬ\ЗИМА

№ рецепта	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг . Ккал	Витамины(мг)				Минеральные вещ-ва			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16

Неделя №1

Понедельник

Завтрак 1 смена

П-08 №227	Макаронные изделия отварные 180гр	180,0	6,8	7,4	43,1	235,0	0,2	0,0	0,0	11,6	17,2	73,2	30,7	1,5
М-17 №280	Фрикадельки в соусе (гов.) 100/20гр	120,0	12,6	18,4	13,6	198,0	0,1	0,8	0,0	5,1	14,2	124,6	18,1	1,9
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	0,0	0,0	0,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого:		570,0	24,0	27,6	101,7	673,1	0,4	0,8	0,0	18,2	44,6	248,8	68,6	4,6

Обед 2 смена

М-17 №88	Щи из св. капусты с карт. со сметаной 25	250,0	3,8	5,2	21,3	146,0	0,1	43,4	18,0	3,6	99,1	117,9	67,5	2,1
П-13 №237	Каша гречневая рассыпчатая 180гр.	180,0	10,6	6,5	57,2	314,6	0,4	0,0	1,7	7,2	18,0	251,8	18,8	5,6
М-17 №290	Птица тушенная в соусе 50/50гр.	100,0	14,0	8,7	4,0	147,0	1,0	0,0	0,0	1,0	8,5	88,0	9,6	0,0
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4
М-17 №349	Компот из смеси сухофруктов 200гр.	200,0	0,4	0,0	31,8	130,6	0,0	0,4	0,6	0,8	22,2	15,4	6,0	1,2
Итого:		800,0	33,4	22,2	144,3	918,3	1,6	43,8	20,3	13,6	161,0	524,1	121,7	10,1

Вторник

Завтрак 1 смена

М-17 №263	Рагу из свинины 280гр,	280,0	20,7	30,2	42,3	398,0	0,9	42,3	35,3	8,3	51,6	269,9	77,5	3,4
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8

Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	0,0	0,0	0,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого:		560,0	25,3	32,0	87,3	665,2	1,0	42,3	35,3	9,8	64,8	320,9	97,3	4,6

Обед 2 смена

М-17 №82	Борщ с капустой и картофелем 250гр.	250,0	2,5	5,1	16,7	135,2	0,1	27,0	23,0	3,3	45,9	65,5	42,3	1,3
П-08 №227	Макаронные изделия отварные 180гр	180,0	6,8	7,4	43,1	266,0	0,2	0,0	0,0	11,6	17,2	73,2	30,7	1,5
М-17 №268	Котлеты 100гр (гов.)	100,0	16,5	17,5	10,2	198,0	0,1	1,2	0,0	3,8	14,3	161,4	23,9	2,5
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	0,0	0,0	0,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0
М-17 №3	Сыр 20гр	20,0	4,9	5,7	0,0	57,1	0,0	0,0	0,0	0,0	60,0	32,4	3,1	0,0
Итого:		820,0	35,3	37,5	115,0	896,4	0,5	28,2	23,0	20,2	150,6	383,5	119,8	6,5

Среда

Завтрак 1 смена

П-08 №102	Каша Дружба 200/5гр	200,0	5,4	6,0	28,9	195,0	0,1	0,4	0,4	6,6	104,2	125,5	117,1	0,5
Ком.товар	Снежок/Иогурт 100гр	100,0	2,7	2,5	10,8	85,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
М-17 337	Чай с лимоном 200гр	200,0	0,1	0,0	15,2	62,7	0,0	3,2	0,2	0,5	3,2	1,8	1,0	0,0
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8
Итого:		560,0	12,7	10,3	84,7	549,9	0,0	0,4	0,4	8,1	117,4	176,5	136,9	1,7

Обед 2 смена

М-17 №96	Рассольник ленинградский со сметаной	250,0	2,9	5,2	25,3	180,6	0,1	22,1	4,4	3,2	24,9	89,5	33,6	1,3
П-13 №429	Картофельное пюре 180гр	180,0	5,0	7,3	41,4	255,5	0,3	40,7	6,1	10,7	49,9	141,7	77,6	1,9
П-13 №345	Котлеты рыбные 100гр.	100,0	2,2	2,1	9,6	166,0	0,0	0,0	0,0	1,6	4,4	16,5	6,7	0,4
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4
М-17 337	Чай с лимоном 200гр	200,0	0,1	0,0	15,2	62,7	0,0	3,2	0,2	0,5	3,2	1,8	1,0	0,0
Итого:		800,0	14,8	16,4	121,5	844,9	0,5	66,0	10,7	17,0	95,6	300,5	138,7	4,8

Четверг

Завтрак 1 смена

П-13 №429	Картофельное пюре 180гр	180,0	5,0	7,3	41,4	196,0	0,3	40,7	6,1	10,7	49,9	141,7	77,6	1,9
П-13 №345	Котлеты рыбные 100гр.	100,0	2,2	2,1	9,6	166,1	0,0	0,0	0,0	1,6	4,4	16,5	6,7	0,4
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4
М-17 337	Чай с лимоном 200гр	200,0	0,1	0,0	15,2	62,7	0,0	3,2	0,2	0,5	3,2	1,8	1,0	0,0
Итого:		560,0	11,9	11,2	96,2	632,0	0,4	43,9	6,3	13,8	70,7	211,0	105,1	3,5

Обед 2 смена

М-04 №148	Суп-лапша домашняя 250гр (2 -в)	250,0	6,2	5,7	19,1	174,6	0,3	1,9	1,2	6,9	17,5	52,4	14,4	0,5
-----------	---------------------------------	-------	-----	-----	------	-------	-----	-----	-----	-----	------	------	------	-----

М-17 №291	Плов из птицы 280 гр.	280	24,9	33,4	47,0	425,0	0,9	2,7	7,4	6,7	25,4	269,2	57,9	2,3
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4
П-08 №282	Компот из свежих плодов или ягод 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	0,0	0,0	0,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого:		800,0	35,7	40,9	111,1	839,7	1,3	4,6	8,6	15,1	56,1	372,6	92,1	4,0

Пятница

Завтрак 1 смена

П-13 №237	Каша гречневая рассыпчатая 180гр.	180,0	10,6	6,5	57,2	185,0	0,4	0,0	1,7	7,2	18,0	251,8	18,8	5,6
М-17 №297	Фрикадельки из кур 100гр.	100,0	19,1	8,7	11,3	196,0	1,4	0,0	0,0	0,3	15,4	135,7	18,6	0,4
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	0,0	0,0	0,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого:		560,0	34,3	17,0	113,5	648,2	1,9	0,0	1,7	9,0	46,6	438,5	57,2	7,2

Обед 2 смена

М-04 №144	Суп из овощей с фасолью 250гр.	250,0	39,7	43,7	186,8	132,5	1,2	316,5	27,0	67,7	496,7	966,5	354,0	14,5
М-17 №263	Рагу из свинины 280гр,	280,0	20,7	30,2	42,3	537,6	0,9	42,3	35,3	8,3	51,6	269,9	77,5	3,4
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	56,3	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	0,0	0,0	0,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого:		800,0	65,0	75,7	274,1	890,0	2,2	358,8	62,3	77,5	561,5	#####	451,3	19,1
Итого по неделе		562,0	21,6	19,6	96,7	633,7	0,7	17,5	8,7	11,8	68,8	279,1	93,0	4,3
Итого по неделе		804,0	36,8	38,5	153,2	877,9	1,2	100,3	25,0	28,7	205,0	573,6	184,7	8,9
Итого по неделе		1366,0	58,5	58,2	249,9	#####	2,0	117,8	33,7	40,5	273,8	852,8	277,7	13,2

Неделя №2

Понедельник

Завтрак 1 смена

М-17 №291	Плов из птицы 280 гр.	280,0	27,3	23,2	60,0	425,0	1,7	8,0	29,5	8,1	43,6	283,7	67,5	1,5
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	0,0	0,0	0,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого:		550,0	31,9	25,0	105,0	665,1	1,8	8,0	29,5	9,6	56,8	334,7	87,3	2,7

Обед 2 смена

М-17 №96	Рассольник ленинградский со сметаной	250,0	2,9	5,2	25,3	160,6	0,1	22,1	4,4	3,2	24,9	89,5	33,6	1,3
П-08 №227	Макаронные изделия отварные 180гр	180,0	6,8	7,4	43,1	266,0	0,2	0,0	0,0	11,6	17,2	73,2	30,7	1,5
М-17 №260	Гуляш 90/20гр.(свин.)	110,0	24,0	34,1	4,1	310,0	1,0	4,8	24,0	5,5	16,0	206,6	31,0	1,9
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4

М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	0,0	0,0	0,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого:		800,0	38,3	48,5	117,5	952,0	1,4	26,9	28,4	21,8	71,3	420,3	115,1	5,9

Вторник

Завтрак 1 смена

П-08 №227	Макаронные изделия отварные 180гр	180,0	6,8	7,4	43,1	196,0	0,2	0,0	0,0	11,6	17,2	73,2	30,7	1,5
М-00 №872	Запеканка из печени с рисом 100гр	100,0	17,5	7,6	13,7	210,0	0,0	3,0	0,0	6,6	17,7	203,8	28,5	1,6
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4
П-08 №282	Компот из свежих плодов или ягод 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	0,0	0,0	0,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого:		560,0	28,9	16,8	101,8	673,2	0,3	3,0	0,0	19,7	48,1	328,0	79,0	4,3

Обед 2 смена

М-17 №82	Борщ с капустой и картофелем 250гр.	250,0	2,5	5,1	16,7	123,7	0,1	27,0	23,0	3,3	45,9	65,5	42,3	1,3
П-13 №429	Картофельное пюре 180гр	180,0	5,0	7,3	41,4	255,5	0,3	40,7	6,1	10,7	49,9	141,7	77,6	1,9
М-17 №255	Печень по-строгановски 50/50гр	100,0	16,1	12,8	2,9	211,1	0,0	0,1	0,0	3,7	17,6	175,2	17,0	1,2
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4
М-17№415	Компот из облепихи 200гр.	200,0	0,2	1,1	21,1	96,4	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого:		800,0	28,4	28,1	112,1	866,8	0,5	67,8	29,1	19,3	126,6	433,4	156,7	5,6

Среда

Завтрак 1 смена

П-13 №268	Каша рисовая молочная жидкая 200гр	200,0	5,9	6,2	36,4	196,0	0,1	0,5	0,0	6,8	123,5	141,3	137,4	0,4
М-17 №223	Запеканка из творога 50гр	50,0	5,0	6,9	5,2	111,2	0,0	0,2	0,1	1,7	45,4	65,7	7,6	0,2
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	51,3	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	0,0	0,0	0,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0
М17№1	Бутерброд с маслом 60гр	60	3,5	13,7	22,7	228,7	0,1	0	0,1	20,4	13,5	42,8	20,9	0,9
Итого:		550,0	17,5	28,0	99,3	647,2	0,3	0,7	0,2	30,1	191,2	283,8	179,1	2,3

Обед 2 смена

М-17 №102	Суп картофельный с бобовыми 250гр.	250,0	6,4	5,4	25,2	180,0	0,3	16,0	3,3	3,2	35,8	100,5	40,1	1,1
П-13 №237	Каша гречневая рассыпчатая 180гр.	180,0	10,6	6,5	57,2	235,0	0,4	0,0	1,7	7,2	18,0	251,8	18,8	5,6
М-17 №278	Тефтели 1-й вариант (гов.) 100гр.	100,0	14,3	15,7	15,3	198,0	0,1	4,0	0,0	3,7	21,2	155,4	24,3	2,4
П-13 №453	Соус томатный 20гр.	20,0	0,3	0,8	1,3	14,3	0,0	1,4	9,0	1,3	0,8	2,3	1,9	0,1
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4
М-17 №349	Компот из смеси сухофруктов 200гр.	200,0	0,4	0,0	31,8	130,6	0,0	0,4	0,6	0,8	22,2	15,4	6,0	1,2
Итого:		810,0	36,6	30,2	160,8	913,3	0,9	21,8	14,6	17,2	111,2	576,4	110,9	11,6

Четверг

Завтрак 1 смена

П08№235,П1	Сложный гарнир 200гр	200,0	0,0	0,0	0,0	186,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
М-17 №268	Котлеты 100гр (свин.)	100,0	15,6	19,6	10,2	210,0	0,6	1,2	0,0	3,3	13,6	130,3	21,7	1,4
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	0,0	0,0	0,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого:		560,0	20,2	21,4	55,2	611,4	0,7	1,2	0,0	4,8	26,8	181,3	41,5	2,6

Обед 2 смена

М-17 №111	Суп с макаронными изделиями 250гр.	250,0	3,3	6,3	2,7	80,5	0,2	3,2	10,2	3,1	12,9	36,0	10,3	0,3
М-17 №291	Плов из птицы 280 гр.	280,0	27,3	23,2	60,0	543,3	1,7	8,0	29,5	8,1	43,6	283,7	67,5	1,5
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	0,0	0,0	0,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого:		800,0	35,2	31,3	107,7	863,9	2,0	11,2	39,7	12,7	69,7	370,7	97,6	3,0

Пятница

Завтрак 1 смена

П-08 №130	Пюре из гороха с маслом 180гр.	180,0	20,7	5,6	43,3	196,0	0,7	1,8	0,5	7,0	81,3	207,6	81,2	0,8
М-17 №280	Фрикадельки в соусе (гов.) 100/20гр	120,0	12,6	18,4	13,6	186,0	0,1	0,8	0,0	5,1	14,2	124,6	18,1	1,9
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4
П-08 №282	Компот из свежих плодов или ягод (ябло)	200,0	0,2	0,2	19,4	81,2	0,0	4,5	2,3	0,5	7,2	5,0	4,1	1,0
Итого:		580,0	38,1	26,0	106,3	670,4	0,9	7,1	2,8	13,6	115,9	388,2	123,2	4,9

Обед 2 смена

М-17 №88	Щи из св. капусты с карт. со сметаной 25	250,0	3,8	5,2	21,3	180,0	0,1	43,4	18,0	3,6	99,1	117,9	67,5	2,1
М-17 №280	Картофель, запеченый с курицей 280гр	280,0	28,7	18,8	42,8	464,0	1,9	42,9	6,0	2,1	75,4	303,2	68,6	2,2
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4
П-08 №282	Компот из свежих плодов или ягод 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	0,0	0,0	0,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого:		800,0	37,1	25,8	109,1	884,1	2,1	86,3	24,0	7,2	187,7	472,1	155,9	5,5
итого по		562,0	21,6	19,6	96,7	633,7	0,7	17,5	8,7	11,8	68,8	279,1	93,0	4,3
итого по		804,0	36,8	38,5	153,2	877,9	1,2	100,3	25,0	28,7	205,0	573,6	184,7	8,9
итого по		1366,0	58,5	58,2	249,9	#####	2,0	117,8	33,7	40,5	273,8	852,8	277,7	13,2

Неделя №3

Понедельник

Завтрак 1 смена

П-08 №227	Макаронные изделия отварные 180гр	180,0	6,8	7,4	43,1	198,0	0,2	0,0	0,0	11,6	17,2	73,2	30,7	1,5
М-17 №288	Птица отварная 50/50 гр.	100,0	16,8	11,5	3,6	181,3	1,2	0,5	0,0	0,1	23,5	122,4	13,8	0,1
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4
М-17 337	Чай с лимоном 200гр	200,0	0,1	0,0	15,2	62,7	0,0	3,2	0,2	0,5	3,2	1,8	1,0	0,0
Итого:		560,0	28,3	20,7	91,9	649,2	1,5	3,7	0,2	13,2	57,1	248,4	65,3	2,8

Обед 2 смена

М-17 №96	Рассольник ленинградский со сметаной 2	250,0	2,9	5,2	25,3	160,6	0,1	22,1	4,4	3,2	24,9	89,5	33,6	1,3
П-13 №237	Каша гречневая рассыпчатая 180гр.	180,0	10,6	6,5	57,2	314,6	0,4	0,0	1,7	7,2	18,0	251,8	18,8	5,6
П-08 №209	Котлеты (кур.) припущенные 100гр.	100,0	18,4	8,3	9,8	195,0	1,3	0,0	0,0	0,3	15,4	131,7	18,9	0,4
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	0,0	0,0	0,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого:		800,0	36,5	21,8	137,3	910,3	1,9	22,1	6,1	12,2	71,5	524,0	91,1	8,5

Вторник

Завтрак 1 смена

М-17 №263	Рагу из говядины 280гр,	280,0	21,0	26,5	48,7	436,0	0,3	47,1	21,2	8,7	52,3	308,6	83,7	4,6
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	0,0	0,0	0,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого:		550,0	25,6	28,3	93,7	676,1	0,4	47,1	21,2	10,2	65,5	359,6	103,5	5,8

Обед 2 смена

М-17 №82	Борщ с капустой и картофелем 250гр.	250,0	2,5	5,1	16,7	123,7	0,1	27,0	23,0	3,3	45,9	65,5	42,3	1,3
М-17 №280	Картофель, запеченый с курицей 280гр	280,0	28,7	18,8	42,8	464,0	1,9	42,9	6,0	2,1	75,4	303,2	68,6	2,2
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4
М-17 №349	Компот из смеси сухофруктов 200гр.	200,0	0,4	0,0	31,8	130,6	0,0	0,4	0,6	0,8	22,2	15,4	6,0	1,2
Итого:		800,0	36,2	25,7	121,3	898,4	2,1	70,3	29,6	7,2	156,7	435,1	136,7	5,9

Среда

Завтрак 1 смена

П-08 №102	Каша Дружба 200/5гр	200,0	5,4	6,0	28,9	189,4	0,1	0,4	0,4	6,6	104,2	125,5	117,1	0,5
М-17 №3	Сыр 20гр	20,0	4,9	5,7	0,0	57,1	0,0	0,0	0,0	0,0	60,0	32,4	3,1	0,0
П-08 №209	Котлеты кур 50гр.	50,0	16,5	7,5	8,8	132,0	1,2	0,0	0,0	0,3	13,8	118,4	17,0	0,4
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8

М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	0,0	0,0	0,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого:		550,0	30,2	19,6	82,7	645,7	0,0	0,4	0,4	8,4	176,2	319,2	156,1	2,1

Обед 2 смена

М-04 №148	Суп-лапша домашняя 250гр (2 -в)	250,0	6,2	5,7	19,1	174,6	0,3	1,9	1,2	6,9	17,5	52,4	14,4	0,5
П08№235,П1	Сложный гарнир 200гр	200,0	0,0	0,0	0,0	198,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
П-13 №345	Котлеты рыбные 100гр.	100,0	2,2	2,1	9,6	66,1	0,0	0,0	0,0	1,6	4,4	16,5	6,7	0,4
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	0,0	0,0	0,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого:		820,0	13,0	9,6	73,7	678,8	0,4	1,9	1,2	10,0	35,1	119,9	40,9	2,1

Четверг

Завтрак 1 смена

П-13 №429	Картофельное пюре 180гр	180,0	5,0	7,3	41,4	255,5	0,3	40,7	6,1	10,7	49,9	141,7	77,6	1,9
П-13 №345	Котлеты рыбные 100гр.	100,0	2,2	2,1	9,6	66,1	0,0	0,0	0,0	1,6	4,4	16,5	6,7	0,4
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40	1,5	0,6	10	103,6	0	0	0	0,3	4,4	17	6,6	0,4
М-17 №349	Компот из смеси сухофруктов 200гр.	200,0	0,4	0,0	31,8	130,6	0,0	0,4	0,6	0,8	22,2	15,4	6,0	1,2
Итого:		560,0	10,6	10,6	102,8	659,4	0,3	41,1	6,7	13,7	85,3	207,6	103,5	4,3

Обед 2 смена

М-17 №88	Щи из св. капусты с карт. со сметаной 25	250,0	3,8	5,2	21,3	146,0	0,1	43,4	18,0	3,6	99,1	117,9	67,5	2,1
П-08 №227	Макаронные изделия отварные 180гр	180,0	6,8	7,4	43,1	186,0	0,2	0,0	0,0	11,6	17,2	73,2	30,7	1,5
М-17 №279	Тефтели 2-й вариант (гов) 100гр	100,0	13,8	15,3	15,2	262,4	0,1	3,5	0,0	3,5	17,3	154,1	23,5	2,2
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4
М-17№415	Компот из облепихи 200гр.	200,0	0,2	1,1	21,1	96,4	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0	0,0	0,0	0,0
М-17 №3	Сыр 20гр	20,0	4,9	5,7	0,0	57,1	0,0	0,0	0,0	0,0	60,0	32,4	3,1	0,0
Итого:		810,0	34,1	36,5	130,7	903,3	0,5	46,9	18,0	20,3	206,8	428,6	144,6	7,0

Пятница

Завтрак 1 смена

П-13 №237	Каша гречневая рассыпчатая 180гр.	180,0	10,6	6,5	57,2	196,0	0,4	0,0	1,7	7,2	18,0	251,8	18,8	5,6
М-17 №278	Тефтели 1-й вариант (гов.) 100гр.	100,0	14,3	15,7	15,3	165,0	0,1	4,0	0,0	3,7	21,2	155,4	24,3	2,4
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40	1,5	0,6	10	103,6	0	0	0	0,3	4,4	17	6,6	0,4
М-17 337	Чай с лимоном 200гр	200,0	0,1	0,0	15,2	62,7	0,0	3,2	0,2	0,5	3,2	1,8	1,0	0,0
Итого:		560,0	29,6	24,0	117,7	630,9	0,6	7,2	1,9	12,4	55,6	460,0	63,9	9,2

Обед 2 смена

М-17 №102	Суп картофельный с бобовыми 250гр.	250,0	6,4	5,4	25,2	180,0	0,3	16,0	3,3	3,2	35,8	100,5	40,1	1,1
М-17 №265	Плов 280гр (свин.)	280,0	29,2	39,2	55,5	456,0	1,0	3,7	8,3	8,0	33,9	319,8	70,3	2,7
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	0,0	0,0	0,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого:		800,0	40,2	46,4	125,7	876,1	1,4	19,7	11,6	12,7	82,9	471,3	130,2	5,0
итого по		562,0	21,6	19,6	96,7	633,7	0,7	17,5	8,7	11,8	68,8	279,1	93,0	4,3
итого по		806,0	32,0	28,0	117,7	853,4	1,3	32,2	13,3	12,5	110,6	395,8	108,7	5,7
итого по		1368,0	53,6	47,6	214,4	#####	2,0	49,7	22,0	24,3	179,4	674,9	201,7	10,0

Неделя №4**Понедельник****Завтрак 1 смена**

М-17 №265	Плов 280гр (свин.)	280,0	29,2	39,2	55,5	412,0	1,0	3,7	8,3	8,0	33,9	319,8	70,3	2,7
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4
М-17 337	Чай с лимоном 200гр	200,0	0,1	0,0	15,2	62,7	0,0	3,2	0,2	0,5	3,2	1,8	1,0	0,0
Итого:		550,0	33,9	41,0	100,7	654,8	1,1	6,9	8,5	9,5	50,3	372,6	91,1	3,9

Обед 2 смена

М-17 №82	Борщ с капустой и карт. со сметаной 250	250,0	2,5	5,1	16,7	123,7	0,1	27,0	23,0	3,3	45,9	65,5	42,3	1,3
П-08 №227	Макаронные изделия отварные 180гр	180,0	6,8	7,4	43,1	266,0	0,2	0,0	0,0	11,6	17,2	73,2	30,7	1,5
М-17 №280	Фрикадельки в соусе (гов.) 100/20гр	100,0	12,6	18,4	13,6	279,6	0,1	0,8	0,0	5,1	14,2	124,6	18,1	1,9
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	0,0	0,0	0,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого:		800,0	26,5	32,7	118,4	909,4	0,5	27,8	23,0	21,5	90,5	314,3	110,9	5,9

Вторник**Завтрак 1 смена**

П08№235,П1	Сложный гарнир 200гр	200,0	0,0	0,0	0,0	198,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
П-08 №209	Котлеты (кур.) припущенные 100гр.	100,0	18,4	8,3	9,8	195,0	1,3	0,0	0,0	0,3	15,4	131,7	18,9	0,4
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	0,0	0,0	0,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого:		570,0	23,0	10,1	54,8	633,1	1,4	0,0	0,0	1,8	28,6	182,7	38,7	1,6

Обед 2 смена

М-04 №148	Суп-лапша домашняя 250гр (2 -в)	250,0	6,2	5,7	19,1	174,6	0,3	1,9	1,2	6,9	17,5	52,4	14,4	0,5
М-17 №291	Плов из птицы 280 гр.	280,0	27,3	23,2	60,0	510,0	1,7	8,0	29,5	8,1	43,6	283,7	67,5	1,5
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4
М-17 №416	Компот из облепихи и яблок 200гр.	200,0	0,2	0,6	16,7	73,8	0,0	1,2	0,6	0,5	1,9	1,3	1,1	0,3
Итого:		800,0	38,3	31,3	125,8	938,5	2,1	11,1	31,3	16,5	76,2	388,4	102,8	3,5

Среда**Завтрак 1 смена**

П-13 №267	Каша пшеничная молочная жидкая 200гр	200,0	8,0	7,2	37,0	246,0	0,2	0,5	1,2	6,9	122,6	180,9	145,8	1,2
Ком. товар	Яблоки (1шт)	100,0	0,4	0,4	9,8	47,0	0,0	10,0	5,0	0,2	16,0	11,0	9,0	2,2
П-13 №501	Кофейный напиток 200гр	200,0	4,0	2,1	26,2	126,0	0,0	0,6	0,0	0,6	129,1	100,5	129,1	0,1
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8
Итого:		560,0	16,9	11,5	102,0	599,1	0,0	10,9	6,2	8,7	257,1	321,8	288,8	5,3

Обед 2 смена

М-17 №96	Рассольник ленинградский со сметаной 2	250,0	2,9	5,2	25,3	160,6	0,1	22,1	4,4	3,2	24,9	89,5	33,6	1,3
П-13 №429	Картофельное пюре 180гр	180,0	5,0	7,3	41,4	255,5	0,3	40,7	6,1	10,7	49,9	141,7	77,6	1,9
М-17 №290	Птица тушенная в соусе 50/50гр.	100,0	14,0	8,7	4,0	156,0	1,0	0,0	0,0	1,0	8,5	88,0	9,6	0,0
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	20,0	1,5	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	0,0	0,0	0,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0
Ком. товар	Яблоки (1 шт)	100,0	0,4	0,4	9,8	47,0	0,0	10,0	5,0	0,2	16,0	11,0	9,0	2,2
Итого:		890,0	26,9	23,4	125,5	834,5	1,5	72,8	15,5	16,6	112,5	381,2	149,6	6,6

Четверг**Завтрак 1 смена**

П-08 №227	Макаронные изделия отварные 180гр	180,0	6,8	7,4	43,1	237,0	0,2	0,0	0,0	11,6	17,2	73,2	30,7	1,5
М-17 №268	Котлеты 100гр (гов.)	100	16,5	17,5	10,2	198,5	0,1	1,2	0,0	3,8	14,3	161,4	23,9	2,5
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8
Ком. товар	Хлеб бородинский 20гр	40,0	1,5	0,6	10,0	56,5	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4
М-17 337	Чай с лимоном 200гр	200,0	0,1	0,0	15,2	62,7	0,0	3,2	0,2	0,5	3,2	1,8	1,0	0,0
Итого:		560,0	28,0	26,7	98,5	658,3	0,4	4,4	0,2	16,9	47,9	287,4	75,4	5,2

Обед 2 смена

М-17 №88	Щи из свежей капусты с картофелем 250	250,0	3,8	5,2	21,3	146,0	0,1	43,4	18,0	3,6	99,1	117,9	67,5	2,1
П-08 №130	Пюре из гороха с маслом 180гр.	180,0	20,7	5,6	43,3	325,4	0,7	1,8	0,5	7,0	81,3	207,6	81,2	0,8
М-00 №872	Запеканка из печени с рисом 100гр	100,0	17,5	7,6	13,7	210,0	0,0	3,0	0,0	6,6	17,7	203,8	28,5	1,6
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8

Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4
П-08 №282	Компот из свежих плодов или ягод 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	0,0	0,0	0,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого:		800,0	46,6	20,2	123,3	921,5	0,9	48,2	18,5	18,7	211,3	580,3	197,0	5,7

Пятница

Завтрак 1 смена

П-13 №429	Картофельное пюре 180гр	180,0	5,0	7,3	41,4	176,0	0,3	40,7	6,1	10,7	49,9	141,7	77,6	1,9
М-17 №255	Печень по-строгановски 50/50гр	100,0	16,1	12,8	2,9	278,0	0,0	0,1	0,0	3,7	17,6	175,2	17,0	1,2
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8
Ком. товар	Хлеб бородинский 40гр	40,0	1,5	0,6	10,0	103,6	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4
М-17 №376	Чай с сахаром 200гр	200,0	0,0	0,0	15,0	60,0	0,0	0,0	0,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого:		560,0	25,7	21,9	89,3	721,2	0,4	40,8	6,1	15,9	80,7	367,9	114,4	4,3

Обед 2 смена

М-17 №102	Суп картофельный с бобовыми 250гр.	250,0	6,4	5,4	25,2	180,0	0,3	16,0	3,3	3,2	35,8	100,5	40,1	1,1
П-13 №237	Каша гречневая рассыпчатая 180гр.	180,0	10,6	6,5	57,2	314,6	0,4	0,0	1,7	7,2	18,0	251,8	18,8	5,6
П-08 №209	Шницели (кур.) припущенные 100гр.	100,0	18,4	8,3	9,8	195,0	1,3	0,0	0,0	0,3	15,4	131,7	18,9	0,4
Ком. товар	Хлеб пшенич.иодированный 40г.	40,0	3,1	1,2	20,0	103,6	0,1	0,0	0,0	0,7	8,8	34,0	13,2	0,8
Ком. товар	Хлеб бородинский 30гр	30,0	1,5	0,6	10,0	76,5	0,0	0,0	0,0	0,3	4,4	17,0	6,6	0,4
М-17 337	Чай с лимоном 200гр	200,0	0,1	0,0	15,2	62,7	0,0	3,2	0,2	0,5	3,2	1,8	1,0	0,0
Итого:		800,0	40,1	22,0	137,4	932,4	2,1	19,2	5,2	12,2	85,6	536,8	98,6	8,3
итого по		560,0	25,5	22,2	89,1	653,3	0,7	12,6	4,2	10,6	92,9	306,5	121,7	4,1
итого по		818,0	35,7	25,9	126,1	907,3	1,4	35,8	18,7	17,1	115,2	440,2	131,8	6,0
итого по		1378,0	61,2	48,2	215,1	#####	2,1	48,4	22,9	27,7	208,1	746,7	253,5	10,1
итого		561,5	22,6	20,3	94,8	638,6	0,7	16,3	7,6	11,5	74,8	286,0	100,2	4,3
итого		808,0	35,3	32,8	137,6	879,1	1,3	67,1	20,5	21,7	158,9	495,8	152,5	7,4
итого		1369,5	57,9	53,0	232,3	#####	2,0	83,4	28,1	33,2	233,8	781,8	252,7	11,6

сборник
технологичес
технологичес
ких
Сборник
Сборник

Основание сборник технических нормативов, рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Москва Дели плюс 2017 (М-17)

Учащиеся с длительностью прибывания более 6 часов, получают двухразовое питание

Заказчик: _____

Исполнитель _____

Йска