



Согласовано

Директор МБОУ СОШ №5

Т.И. Карявкина



Утверждаю:

Директор ООО "БК КОП"

А.В. Максимов

Перспективное меню

для учащихся с ОВЗ для школ г. Белая Калитва и Белokalитвинского района

на сумму 40 рублей на 2021 учебный год.

Сборник рецептов блюд для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004г, 2011г, 2018г, ТТК.

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	ККАЛ
1 неделя						
Понедельник						
Завтрак						
297-2004	Каша гречневая с маслом и сахаром	200\19	7,32	13,6	21,3	271
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,26		15,4	59,4
Обед						
	Шницель с соусом	50\10	12,14	10,51	8,42	142
508-2004	Каша ячневая	100	2,5	3,8	31,4	146
	Икра свекольная	24	0,35	0,016	2,11	10,1
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,26		15,4	59,4
	Хлеб пшеничный	20	1,47	0,21	8,34	40,9
	Итого:		24,3	28,136	102,37	728,8
Вторник						
Завтрак						
733-2004	Оладьи со сгущенным молоком	120\26	7,68	7,56	55,3	318
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,26		15,4	59,4
Обед						
ТТК-55	Котлета Нежность с соусом	50\13	15,44	8,1	8,24	139
516-2004	Макароны отварные	100	2,2	2,91	17,5	103
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,26		15,4	59,4
	Хлеб пшеничный	20	1,47	0,21	8,34	40,9
	Итого:		27,31	18,78	120,18	719,7

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	ККАЛ
Среда						
Завтрак						
ТТК-69	Каша рис.со сгущ.мол.с масл.и сах.	200\5\3	5,5	11,8	0,2	246
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,26		15,4	59,4
Обед						
ТТК-154	Тефтели из птицы с соусом	50\25	8,11	10,13	14,18	166
520-2004	Каша гречневая	90	4,76	3,36	25,01	143
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,26		15,4	59,4
	Хлеб пшеничный	20	1,47	0,21	8,34	40,9
	Итого:		20,36	25,5	78,53	714,7
Четверг						
Завтрак						
ТТК-68	Каша манная на сгущ.мол.с масл.и с.	200\5\3	5,9	14,2	48,8	271
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,26		15,4	59,4
Обед						
451-2004	Биточки с соусом из птицы	50\11	15,44	8,1	8,24	139
508-2004	Каша пшеничная	80	1,38	3,12	7,89	66,1
648-2004	Кисель плодово-ягодный	180	1,1	0,05	18,4	118
	Хлеб пшеничный	20	1,47	0,21	8,34	40,9
	Итого:		25,55	25,68	107,07	694,4



№ п/п	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	ККАЛ
Пятница						
Завтрак						
332-2004	Макароны отварные с масл.и сах.	200\10\11	5,5	11,8	0,2	146
ТТК-71	Кофейный напиток на сгущ.молоке	150	2,16		21,5	104,5
Обед						
733-2004	Оладьи с вареньем яблочным	120\26	8,35	8,22	60,1	346
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,2		14,9	60
	Итого:		16,21	20,02	96,7	656,5

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	ККАЛ
2 неделя						
Понедельник						
Завтрак						
ТТК-68	Каша манн.на сгущ.мол.с масл.и сах.	500\5\3	5,9	14,2	48,8	271
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,26		15,4	59,4
Обед						
451-2004	Шницель с соусом из птицы	50\10	12,14	10,51	8,42	142
508-2004	Каша ячневая	100	2,5	3,8	31,4	146
77-2004	Икра кабачковая	17	0,29	1,32	2,42	17,8
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,26		15,4	59,4
	Хлеб пшеничный	20	1,47	0,21	8,34	40,9
Итого:			22,82	30,04	130,18	736,5
Вторник						
Завтрак						
297-2004	Каша гречневая с маслом и сахаром	200\5\9	16,6	5,41	20,8	195
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,26		15,4	59,4
Обед						
332-2004	Макароны с маслом и сахаром	200\10\11	5,5	11,8	0,2	146
ТТК-71	Кофейный напиток на сгущ.молоке	150	2,16		21,5	104,5
Итого:			24,52	17,21	57,9	504,9
Среда						
Завтрак						
ТТК-69	Каша рис.на сгущ.мол.с масл.и сах.	200\5\3	5,5	11,8	0,2	246
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,26		15,4	59,4
Обед						
ТТК-68	Каша манная на сгущ.мол.с маслом	200\5\3	5,9	14,2	48,8	271
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,26		15,4	59,4
Итого:			11,92	26	79,8	635,8

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	ККАЛ
Четверг						
Завтрак						
ТТК-70	Каша герк.на сгущ.мол.с масл.и сах.	200\5\12	21,2	2,8	22,1	196
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,26		15,4	59,4
Обед						
451-2004	Биточки с соусом	50\20	12,14	10,51	8,42	142
520-2004	Каша гречневая	100	5,85	4,06	26,4	165,4
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,26		15,4	59,4
	Хлеб пшеничный	20	1,47	0,21	8,34	40,9
	Итого:		41,18	17,58	96,06	663,1
Пятница						
Завтрак						
733-2004	Оладьи с вареньем яблочным	120\26	6,16	6,08	46	261
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,26		15,4	59,4
Обед						
ТТК-144	Тефтели с соусом из птицы	50\25	8,7	9,6	8,4	155
516-2004	Макароны отварные	100	2,2	2,91	17,5	103
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,26		15,4	59,4
	Хлеб пшеничный	23	1,69	0,24	9,59	47
	Итого:		19,27	18,83	112,29	684,8
	Среднее значение		24,2	23,4	104,88	706,1
	Экономист по ценам	В.В.Кузнецова				
	Технолог	Л.В.Филева				