



Согласовано
Директор МБОУ СОШ №5
И. Карявкина



Утверждаю:
Директор ООО "БК КОП"
А.В. Максимов

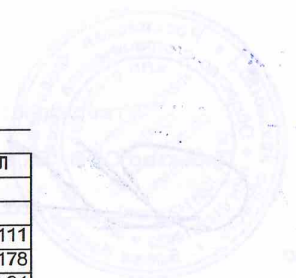
Перспективное меню

обед для учащихся 1-4 классов г.Белая Kalитва и Белokalитвинского района на 2021 учебный год на сумму 56.64 рублей.

Сборник рецептов блюд для предприятий общ.пит.при общеобразоват.школах 2004г,ТТК.
Сборники 2011г,2018г

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	ККАЛ
1 неделя						
Понедельник						
110-2004	Борщ из свежей капусты с картофел.	200	1,85	4	10,6	131
ТТК-151	Тефтели из птицы с соусом	90/45	12,1	15,12	21,16	249,7
516-2004	Макароны отварные	150	4,44	3,57	16,1	164
78-2004	Икра свекольная	20	0,68	0,016	0,56	14,23
648-2004	Кисель плодово-ягодный	180	1,1	0,05	18,4	118
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,24	44,2
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,19	8,04	38,12
	Итого:		22,99	23,126	84,1	759,25
Вторник						
150-2004	Суп рисовый с томатом	200	2,5	4,1	16,8	118
ТТК-104	Котлеты рыбные	90	11,74	12,42	13,9	242,9
ТТК-166	Картофельное пюре	150	4,89	4,44	31,6	186
	Огурцы соленные	20	0,08		0,22	1,78
639-2004	Компот из сухофруктов	180	0,59		33,4	128
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,24	44,2
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,19	8,04	38,12
	Итого:		22,62	21,33	113,2	759
Среда						
140-2004	Суп картофельный с вермишелью	200	0,9	4,7	15,7	110
ТТК-27	Зразы из птицы с овощами	90	13,29	11,6	21,19	245
520-2004	Каша ячневая	150	4,89	4,44	31,6	186
ТТК-107	Чай каркаде	180	0,9	0,18	18,18	82,8
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,24	44,2
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,19	8,04	38,12
	Итого:		22,8	21,29	103,95	706,12

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	ККАЛ
Четверг						
124-2004	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,85	4	10,6	111
ТТК-74	Мясо по мински из птицы	90	18,77	17,94		178
587-2004	Соус томатный	20	0,48	0,67	2,14	16,94
520-2004	Каша пшеничная	150	1,35	3,29	7,63	74,6
78-2004	Икра кабачковая	21	0,61	2,75	5,07	37,26
639-2004	Компот из сухофруктов	180	0,59		33,4	128
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,24	44,2
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,19	8,04	38,12
	Итого:		26,47	29,02	76,12	628,12
Пятница						
139-2004	Суп картофельный с горохом	200	6	4,4	21,5	143
355-2004	Вареники ленивые	150	20,7	18,53	31,25	291
	Сметана	20	0,52	2,99	0,72	32,32
648-2004	Кисель плодово-ягодный	180	1,1	0,05	18,4	118
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,24	44,2
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,19	8,04	38,12
	Итого:		31,14	26,34	89,15	666,64
2 неделя						
Понедельник						
140-2004	Суп картофельный с вермишелью	200	0,9	4,7	15,7	110
ТТК-115	Плов из птицы	90\180	11,77	17,29	36,37	295
220-2004	Свекла тушеная	10	1,4	0,57	0,046	8,2
ТТК-107	Чай каркаде	180	0,9	0,18	18,18	82,8
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,24	44,2
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,19	8,04	38,12
	Итого:		17,79	23,11	87,576	578,32



№ рец.	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	ККАЛ
Суббота						
140-2004	Суп картофельный с вермишелью	200	0,9	4,7	15,7	110
ТТК-115	Плов из птицы	90\180	11,77	17,29	36,37	295
220-2004	Свекла тушеная	10	1,4	0,57	0,046	8,2
ТТК-107	Чай каркаде	180	0,9	0,18	18,18	82,8
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,24	44,2
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,19	8,04	38,12
	Итого:		17,79	23,11	87,576	578,32
Воскресенье						
140-2004	Суп картофельный с вермишелью	200	0,9	4,7	15,7	110
ТТК-115	Плов из птицы	90\180	11,77	17,29	36,37	295
220-2004	Свекла тушеная	10	1,4	0,57	0,046	8,2
ТТК-107	Чай каркаде	180	0,9	0,18	18,18	82,8
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,24	44,2
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,19	8,04	38,12
	Итого:		17,79	23,11	87,576	578,32

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	ККАЛ
Вторник						
124-2004	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,85	4	10,6	111
ТТК-167	Биточки рубленные из птицы	90	16,32	13,99	19,39	242,8
587-2004	Соус томатный	20	0,31	0,88	1,55	15,63
516-2004	Макароны отварные	150	4,44	3,57	16,1	164
214-2004	Капуста тушеная	10	0,51	0,95	0,88	24,7
639-2004	Компот из сухофруктов	180	0,59		33,4	128
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,24	44,2
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,19	8,04	38,12
	Итого:		26,84	23,76	99,2	768,45
Среда						
138-2004	Суп картофельный с рисом	200	3,87	2	16,4	85,6
ТТК-104	Котлеты рыбные	90	11,74	12,42	13,9	242,9
ТТК-166	Картофельное пюре	150	4,89	4,44	31,6	186
Т.32-2004	Свекла отварная	10	0,12	0,46	0,57	7,61
648-2004	Кисель плодово-ягодный	180	1,1	0,05	18,4	118
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,24	44,2
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,19	8,04	38,12
	Итого:		24,54	19,74	98,15	722,43
Четверг						
110-2004	Борщ из свежей капусты с картофел.	200	1,85	4	10,6	131
ТТК-74	Мясо по-мински из птицы	90	18,77	17,94	22,37	178
520-2004	Каша пшеничная	150	1,35	3,29	7,63	74,6
530-2004	Морковь тушеная	10	0,44	1,5	2,28	26,4
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,26		15,4	59,4
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,24	44,2
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,19	8,04	38,12
	Итого:		25,49	27,1	75,56	551,72

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	ККАЛ
Пятница						
139-2004	Суп картофельный с горохом	200	6	4,4	21,5	143
	Шницель из птицы	90	10,32	15,99	19,39	242,8
520-2004	Каша ячневая	150	4,89	4,44	31,6	186
	Огурцы соленые	11	0,04		0,08	0,71
648-2004	Кисель плодово-ягодный	180	1,1	0,05	18,4	118
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,24	44,2
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,19	8,04	38,12
	Итого:		25,17	25,25	108,25	772,83
	Среднее значение:		25,38	27,64	114,8	804,59
	Экономист по ценам			В.В.Кузнецова		
	Технолог			Л.В.Филеда		