

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №5

Т.И.Карякина

Утверждаю:

Директор ООО "ВККОП"

А.В.Максимов

Перспективное меню

для учащихся с.ОВЗ для школ г.Белая Калитва и Белокалитвинского района
на сумму 40 рублей на 2022 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	160\54	9,63	6,11	47,42	283,3
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,18		13,53	54,89
Обед						
ТТК-167	Шницель с соусом	50\7	8,26	9,58	7,74	150,8
516-2004	Макаронь отварные	80	3	2,36	19,14	110,1
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,18		13,53	54,89
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
	Итого:		22,77	18,21	111,2	700,98
Вторник						
Завтрак						
733-2004	Оладьи с повидлом	120\11	7,46	1,14	56,04	238
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,18		13,53	54,89
Обед						
ТТК-55	Котлета Нежность с соусом	50\9	8,5	11,9	8,32	175,3
520-2004	Каша ячневая	80	2,68	2,37	17,44	101,7
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,18		13,53	54,89
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
	Итого:		20,52	15,57	118,7	671,78

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	ККАЛ
Среда						
Завтрак						
ТТК-69	Каша рисов.на сгущ.мол.с маслом	190\5	5,46	6,91	55,9	301,9
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,18		13,53	54,89
Обед						
ТТК-154	Тефтели из птицы с соусом	40\20	5,69	10,68	6,59	146
302-2004	Каша рисовая	128	3,14	3,66	32,8	177,07
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,18		13,53	54,89
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
	Итого:		16,17	21,41	132,19	781,75
Четверг						
Завтрак						
ТТК-68	Каша манная на сгущ.мол.с масл.и с.	200\5\7	7,21	7,09	62,6	344,4
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,18		13,53	54,89
Обед						
451-2004	Биточки с соусом из птицы	50\7	7,89	9,17	4,62	131,36
516-2004	Макароны отварные	80	3	2,36	19,14	110,1
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,18		13,53	54,89
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
	Итого:		19,98	18,78	123,26	742,64



№ рец.	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	ККАЛ
Пятница						
Завтрак						
ТТК-69	Каша рисов.на сгущ.мол.с маслом	190\5	5,46	6,91	55,9	301,9
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,18		13,53	54,89
Обед						
ТТК-154	Тефтели из птицы с соусом	40\20	5,69	10,68	6,59	146
302-2004	Каша рисовая	128	3,14	3,66	32,8	177,07
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,18		13,53	54,89
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
	Итого:		16,17	21,41	132,19	781,75
Суббота						
Завтрак						
ТТК-68	Каша манная на сгущ.мол.с масл.и с.	200\5\7	7,21	7,09	62,6	344,4
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,18		13,53	54,89
Обед						
451-2004	Биточки с соусом из птицы	50\7	7,89	9,17	4,62	131,36
516-2004	Макароны отварные	80	3	2,36	19,14	110,1
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,18		13,53	54,89
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
	Итого:		19,98	18,78	123,26	742,64

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	ККАЛ
Пятница						
Завтрак						
332-2004	Макароны отварные с масл.и сах.	200\10\10	5,87	7,88	47,1	283,4
ТТК-71	Кофейный напиток на сгущ.молоке	140	1,34	1,53	20,9	103,9
Обед						
733-2004	Оладьи с повидлом	120\11	7,46	1,14	56,04	238
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,18		13,53	54,89
Итого:			14,85	10,55	137,57	680,19

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	ККАЛ
2 неделя						
Понедельник						
Завтрак						
ТТК-68	Каша манн.на сгущ.мол.с масл.и сах.	200\5\7	7,21	7,09	62,6	344,4
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,18		13,53	54,89
Обед						
451-2004	Шницель с соусом из птицы	50\2\3	8,48	10,5	8,74	164,2
508-2004	Каша ячневая	100	3,35	2,96	21,8	127,2
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,18		13,53	54,89
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
	Итого:		20,92	20,71	130,04	792,58
Вторник						
Завтрак						
297-2004	Каша гречневая с маслом и сахаром	160\5\4	9,63	6,11	47,42	283,3
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,18		13,53	54,89
Обед						
332-2004	Макароны с маслом и сахаром	200\10\10	5,87	7,88	47,1	283,4
ТТК-71	Кофейный напиток на сгущ.молоке	140	1,34	1,53	20,9	103,9
	Итого:		17,02	15,52	128,95	725,49
Среда						
Завтрак						
ТТК-69	Каша рисов на сгущ.молоке с маслом	190\5	5,46	6,91	55,9	301,9
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,18		13,53	54,89
Обед						
ТТК-114	Котлета Аппетитная с соусом	50\5	7,89	9,17	4,62	131,36
520-2004	Каша пшеничная	80	3,59	2,43	21,12	120,6
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,18		13,53	54,89
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
	Итого:		18,82	18,67	118,54	710,64

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	ККАЛ
Четверг						
Завтрак						
ТТК-70	Каша герк.на сгущ.мол.с масл.и сах.	200\5,5	7,21	7,09	60,6	236,4
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,18		13,53	54,89
Обед						
451-2004	Биточки с соусом	50\7	8,26	9,58	7,74	150,8
516-2004	Макароны отварные	80	3	2,36	19,14	110,1
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,18		13,53	54,89
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
	Итого:		20,35	19,19	124,38	654,08
Пятница						
Завтрак						
733-2004	Оладьи с повидлом	120\11	7,46	1,14	56,04	238
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,18		13,53	54,89
Обед						
ТТК-144	Тефтели с соусом из птицы	40\20	5,69	10,68	6,59	146
520-2004	Каша гречневая	85	4,99	3,45	22,55	141
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,18		13,53	54,89
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
	Итого:		20,02	15,43	122,08	681,78
	Экономист по ценам	<i>В.В. Кузнецова</i>	В.В. Кузнецова			
	Технолог	<i>Л.В. Филева</i>	Л.В. Филева			