

Согласовано:
 Директор МБОУ СОШ №5
 Т.И.Карявкина

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

Примерное меню.

обед для учащихся 1-4 классов г.Белая Калитва и Белокалитвинского

района на 2022 учебный год на сумму 61,01 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						
150-2004	Суп рисовый с томатом	200	7,46	4,16	37,21	214,57
413-2004	Сосиски отварные	90	9,36	18	7,74	202,5
	Соус томатный	13	0,19	0,79	0,87	11,5
516-2004	Макароны отварные	100	3,75	2,95	23,9	137,7
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,18		13,53	54,89
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8
	Итого:		23,78	26,3	99,77	702,96
Вторник						
110-2004	Борщ из свежей капусты с картофел.	200	5,51	4,063	40,69	143,9
ТТК-151	Тефтели из птицы с соусом	90\45	12,83	24,04	14,83	328,6
ТТК-166	Картофельное пюре	100	1,73	2,87	13,98	88,9
г.32-2004	Свекла отварная	22	0,36		2,12	10,09
648-2004	Кисель плодово-ягодный	180	0,04		13,06	52,7
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8
	Итого:		23,31	31,373	101,2	705,99
Среда						
140-2004	Суп картофельный с вермишелью	200	2,28	2,74	32,58	108,8
ТТК-27	Зразы из птицы с овощами	90	17,18	28,93	8,69	363,1
520-2004	Каша гречневая	100	5,87	4,06	26,5	166
214-2004	Капуста тушеная	7	0,172	0,245	0,254	5,97
639-2004	Компот из сухофруктов	180	0,39	0,018	28,58	117,5
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8
	Итого:		28,732	36,393	113,124	843,17

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	ККАЛ
Четверг						
124-2004	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,403	4,094	10,19	88
ТТК-74	Мясо по мински из птицы	90	16,35	14,34	26,92	284,3
587-2004	Соус томатный	16	0,22	0,91	1	13,2
520-2004	Каша пшеничная	120	5,38	3,64	31,68	180,96
ТТК-107	Чай каркаде	180	0,18		14,04	56,9
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8
	Итого:		26,373	23,38	100,35	705,16
Пятница						
139-2004	Суп картофельный с горохом	200	1,013	8,16	32,92	157
355-2004	Вареники ленивые	150	25,12	12,34	24,15	313,6
	Сметана	12	0,298	1,8	0,434	19,43
ТТК-71	Кофейный напиток на сгущенном мол.	180	1,73	1,97	26,9	133,6
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8
	Итого:		31,001	24,67	100,9	705,43
2 неделя						
Понедельник						
140-2004	Суп картофельный с вермишелью	200	2,28	2,74	32,58	108,8
ТТК-115	Плов из птицы	65\130	20,26	25,07	35,62	450,1
т.32-2004	Свекла отварная	21	0,334		2,02	9,66
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,18		13,53	54,89
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8
	Итого:		25,894	28,21	100,27	705,25

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	ККАЛ
Вторник						
124-2004	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,403	4,094	10,19	88
ТТК-67	Биточки куриные	90	14,67	16,43	13,04	259,5
	Соус томатный	22	1,342	1,474	19,58	0,001
516-2004	Макароны отварные	150	5,63	4,43	35,9	206,6
214-2004	Капуста тушеная	50	1,23	1,754	5,15	42,78
692-2004	Кофейный напиток на молоке	180	1,73	1,97	26,9	133,6
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8
	Итого:		28,845	30,552	127,28	812,281
Среда						
138-2004	Суп картофельный с рисом	200	7,68	10,68	40,89	306,1
ТТК-104	Котлеты рыбные	80	10,84	10,34	14,44	167,23
ТТК-166	Картофельное пюре	100	1,73	2,87	13,98	88,9
т.32-2004	Свекла отварная	10	0,158		0,958	4,58
ТТК-107	Чай каркаде	180	0,18		14,04	56,9
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8
	Итого:		23,43	24,29	100,828	705,51
Четверг						
110-2004	Борщ из свежей капусты с картофелем	200	5,51	4,063	40,69	143,9
ТТК-111	Птица отварная	80	19,78	17,02	1,14	233,8
587-2004	Соус томатный	8	0,118	0,488	0,536	7,12
520-2004	Каша пшеничная	150	6,73	4,55	39,6	226,2
530-2004	Морковь тушеная	20	0,22	0,5	1,5	12,16
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,18		13,53	54,89
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8
	Итого:		35,38	27,02	113,5	759,87

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	ККАЛ
Пятница						
139-2004	Суп картофельный с горохом	200	1,013	8,16	32,92	157
ТТК-167	Шницель из птицы	90	15,67	16,43	13,04	259,5
ТТК-166	Картофельное пюре	130	2,25	3,73	18,17	115,5
	Огурцы соленые	13	0,101			1,674
639-2004	Компот из сухофруктов	180	0,39	0,018	28,58	117,5
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8
	Итого:		22,264	28,738	109,23	732,974
	Среднее значение:					
	Экономист по ценам			В.В.Кузнецова		
	Технолог			Л.В.Филеа		

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	ККАЛ
Суббота						
139-2004	Суп картофельный с горохом	200	1,013	8,16	32,92	157
ТТК-167	Шницель из птицы	90	15,67	16,43	13,04	259,5
ТТК-166	Картофельное пюре	130	2,25	3,73	18,17	115,5
	Огурцы соленые	13	0,101			1,674
639-2004	Компот из сухофруктов	180	0,39	0,018	28,58	117,5
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8
	Итого:		22,264	28,738	109,23	732,974
	Среднее значение:					
	Экономист по ценам			В.В.Кузнецова		
	Технолог			Л.В.Филеа		