

Меню обедов для учащихся 5-11 классов. Для БОУ _____

Тип меню: Сырье

Первая неделя

	9472	Цена	Номер по сборнику рецептов	Выход основной	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
	Понедельник							
	Обед							
1	Салат из квашеной капусты с луком		9/2018.	100	0.300	8.000	1.372	78.412
2	Суп-харчо с говядиной		592/2002	250	6.108	6.255	13.621	132.734
3	Жаркое по-домашнему из курицы(филе птицы)		820/3/1998.	250	15.927	21.388	28.298	362.841
4	Хлеб пшеничный		ТПП	65	4.940	0.585	32.305	146.900
5	Компот с малиной, манго и сахаром		54-1хн-2020	200	0.080	0.000	15.870	63.950
	Итого за Обед:	110.00 р.		865	27.355	36.228	91.466	784.837
	Итого за день:	110.00 р.		865	27.355	36.228	91.466	784.837
	Вторник							
	Обед							
1	Закуска овощная с чесноком		198/1998	100	2.153	9.551	13.309	146.690
2	Суп картофельный на курином бульоне		247/2022	250	5.888	6.565	25.290	178.041
3	Каша гречневая с мясом по-купечески		ТТК	200	16.128	13.386	24.570	277.168
4	Хлеб пшеничный		ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
5	Компот из сухофруктов*		1113/3/98	200	0.640	0.000	28.570	114.450
	Итого за Обед:	110.00 р.		800	28.609	29.952	116.589	829.349
	Итого за день:	110.00 р.		800	28.609	29.952	116.589	829.349
	Среда							
	Обед							
1	Салат из свеклы отварной		54-13з	100	1.614	4.995	10.253	90.518
2	Суп гороховый с гречками		306/3/1998.	250	11.231	8.834	34.150	255.962
3	Рыба тушеная в томате с овощами(филе горбуши)*		640/3/1998.	100	13.362	9.594	4.770	158.515
4	Картофельное пюре на свежем молоке с маслом		946/2/1998.	150	3.226	2.882	26.059	137.304
5	Хлеб пшеничный		ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
6	Компот из персиков с/м		1113/3/98г.	200	0.000	0.000	14.970	59.850
	Итого за Обед:	110.00 р.		850	33.233	26.755	115.052	815.149
	Итого за день:	110.00 р.		850	33.233	26.755	115.052	815.149
	Четверг							
	Обед							
1	Морковь, тушенная в сметанном соусе		334/2011.	100	1.466	2.920	8.399	64.865
2	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне (со сметаной)		282/3/1998.	250	5.090	9.628	10.503	147.224
3	Фрикасе из курицы		ТТК	100	13.346	15.513	7.748	223.845
4	Макаронные изделия отварные с маслом		940/3/1998.	180	6.605	3.677	42.182	228.425
5	Хлеб пшеничный		ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
6	Компот с малиной, манго и сахаром		54-1хн-2020	200	0.080	0.000	15.870	63.950
	Итого за Обед:	110.00 р.		870	29.627	32.098	104.582	818.709
	Итого за день:	110.00 р.		870	29.627	32.098	104.582	818.709
	Пятница							
	Обед							
1	Закуска овощная из квашенной капусты		147/2018.	100	0.152	5.005	0.494	47.515
2	Суп картофельный с макаронными изделиями и фрикадельками*		307/3/1998.	250	6.343	4.084	23.569	152.821
3	Рагу овощное с мясом птицы(филе курицы)*		887/3/1998.	250	15.948	20.974	31.078	370.097
4	Хлеб пшеничный		ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
5	Компот из сухофруктов*		1113/3/98	200	0.640	0.000	28.570	114.450
	Итого за Обед:	110.00 р.		860	27.643	30.603	113.531	820.483
	Итого за день:	110.00 р.		860	27.643	30.603	113.531	820.483

Вторая неделя

	Понедельник							
	Обед							
1	Закуска овощная с чесноком		198/1998	100	2.153	9.551	13.309	146.690
2	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне (со сметаной)		282/3/1998.	250	5.090	9.628	10.503	147.224
3	Печень по-строгановски		748/3/1998.	100	13.330	12.950	7.159	198.610
4	Рис отварной с маслом		934/3/1998.	180	4.484	2.812	47.192	232.018
5	Хлеб пшеничный		ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
6	Кисель из св/м ягод		1131/3/98.	200	0.129	0.040	23.548	96.620
	Итого за Обед:	110.00 р.		860	27.466	35.251	116.621	888.962
	Итого за день:	110.00 р.		860	27.466	35.251	116.621	888.962
	Вторник							
	Обед							
1	Салат из свеклы отварной с сыром		54-13з	100	1.899	5.450	9.228	91.979
2	Суп гороховый с гречками		306/3/1998.	250	11.231	8.834	34.150	255.962
3	Рыба тушеная в томате с овощами(филе горбуши)*		640/3/1998.	100	13.362	9.594	4.770	158.515
4	Картофельное пюре на свежем молоке с маслом		946/2/1998.	150	3.226	2.882	26.059	137.304
5	Хлеб пшеничный		ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
6	Компот из сухофруктов*		1113/3/98	200	0.640	0.000	28.570	114.450
	Итого за Обед:	110.00 р.		830	32.638	27.03	117.687	826.01
	Итого за день:	110.00 р.		830	32.638	27.03	117.687	826.01
	Среда							
	Обед							
1	Закуска овощная из белокачанной капусты		130/3/1998.	100	1.550	5.005	9.951	90.292
2	Суп из овощей на курином бульоне		54-5с	250	5.263	6.283	21.237	157.797
3	Паста сливочная с говядиной		406/2022	200	14.831	24.232	31.584	401.088
4	Хлеб пшеничный		ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
5	Компот из персиков с/м		1113/3/98г.	200	0.000	0.000	14.970	59.850
	Итого за Обед:	110.00 р.		800	25.444	35.97	102.592	822.027
	Итого за день:	110.00 р.		800	25.444	35.97	102.592	822.027
	Четверг							
	Обед							
1	Маринад овощной с томатом*		1070/3/1998.	100	1.759	10.050	10.975	140.617
2	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне (со сметаной)		282/3/1998.	250	5.090	9.628	10.503	147.224
3	Рагу овощное с мясом птицы(филе курицы)*		887/3/1998.	250	13.629	18.871	32.512	347.330
4	Хлеб пшеничный		ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
5	Компот с малиной, манго и сахаром		54-1хн-2020	200	0.080	0.000	15.870	63.950
	Итого за Обед:	110.00 р.		850	24.358	38.999	94.71	812.121
	Итого за день:	110.00 р.		850	24.358	38.999	94.71	812.121
	Пятница							
	Обед							
1	Закуска овощная с чесноком		198/1998	100	2.153	9.551	13.309	146.690
2	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне		307/3/1998.	250	6.088	6.250	23.475	170.895
3	Каша гречневая с мясом по-купечески		ТТК	225	18.144	15.059	27.642	311.815
4	Хлеб пшеничный		ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
5	Компот из сухофруктов*		1113/3/98	200	0.640	0.000	28.570	114.450
	Итого за Обед:	110.00 р.		805	29.305	31.13	107.906	811.65
	Итого за день:	110.00 р.		805	29.305	31.13	107.906	811.65
	ИТОГО ЗА Обед:	1100.00 р.		8390	285.678	324.016	1080.736	8229.297
	ИТОГО ЗА ПЕРИОД:	1100.00 р.		8390	285.678	324.016	1080.736	8229.297
	СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД:	110.00 р.		762.73	28.57	32.4	108.07	822.93
	СООТНОШЕНИЕ:				1	1.134	3.783	

Примечание:

Директор _____

Зав. произв. _____

Калькулятор _____