

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

№ 91

## Первая неделя

|                |                                                                     | Цена      | Номер по сборнику рецептов | Выход основной | Белки  | Жиры   | Углеводы | Эн.ценность |
|----------------|---------------------------------------------------------------------|-----------|----------------------------|----------------|--------|--------|----------|-------------|
| Понедельник    |                                                                     |           |                            |                |        |        |          |             |
| Обед           |                                                                     |           |                            |                |        |        |          |             |
| 1              | Морковь, тушенная в сметанном соусе                                 |           | 334/2011.                  | 100            | 1.466  | 2.920  | 8.399    | 64.865      |
| 2              | Суп-харчо с говядиной                                               |           | 592/2002                   | 250            | 3.063  | 3.859  | 13.785   | 101.239     |
| 3              | Паста сливочная с курицей                                           |           | 406/2022                   | 200            | 15.111 | 25.952 | 30.984   | 418.808     |
| 4              | Хлеб пшеничный                                                      |           | ТПП                        | 70             | 5.320  | 0.630  | 34.790   | 158.200     |
| 5              | Компот из клубники с сахаром                                        |           | 54-1хн-2020                | 200            | 0.100  | 0.000  | 15.930   | 65.450      |
| Итого за Обед: |                                                                     | 110.00 р. |                            | 820            | 25.06  | 33.361 | 103.888  | 808.562     |
| Итого за день: |                                                                     | 110.00 р. |                            | 820            | 25.06  | 33.361 | 103.888  | 808.562     |
| 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 гренками                                            |           | 306/3/1998.                | 250            | 11.231 | 8.834  | 34.150   | 255.962     |
| 3              | Рыба тушеная в томате с овощами(филе минтая)*                       |           | 640/3/1998.                | 100            | 10.431 | 7.445  | 4.835    | 127.814     |
| 4              | Картофельное пюре на свежем молоке с маслом                         |           | 946/2/1998.                | 150            | 3.226  | 2.882  | 26.059   | 137.304     |
| 5              | Хлеб пшеничный                                                      |           | ТПП                        | 51             | 3.876  | 0.459  | 25.347   | 115.260     |
| 6              | Компот из ягодного микса                                            |           | 54-1хн-2020                | 200            | 0.220  | 0.120  | 16.490   | 68.650      |
| Итого за Обед: |                                                                     | 110.00 р. |                            | 851            | 30.598 | 24.735 | 117.134  | 795.508     |
| Итого за день: |                                                                     | 110.00 р. |                            | 851            | 30.598 | 24.735 | 117.134  | 795.508     |
| 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                                                   |           | 599/2022                   | 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 из клубники с сахаром                                        |           | 54-1хн-2020                | 200            | 0.100  | 0.000  | 15.930   | 65.450      |
| Итого за Обед: |                                                                     | 110.00 р. |                            | 870            | 29.647 | 32.098 | 104.642  | 820.209     |
| Итого за день: |                                                                     | 110.00 р. |                            | 870            | 29.647 | 32.098 | 104.642  | 820.209     |
| 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              | 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            | 29.389 | 37.315 | 126.252  | 937.732     |
| Итого за день: |                                                                     | 110.00 р. |                            | 860            | 29.389 | 37.315 | 126.252  | 937.732     |



**Вторая неделя** 5-11 рн

|                           |                                                                     |                   |              |                |                |                 |                 |
|---------------------------|---------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------|----------------|----------------|-----------------|-----------------|
| <b>Понедельник</b>        |                                                                     |                   |              |                |                |                 |                 |
| <b>Обед</b>               |                                                                     |                   |              |                |                |                 |                 |
| 1                         | Салат из свеклы отварной                                            | 54-13з            | 100          | 1.614          | 4.995          | 10.253          | 90.518          |
| 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.       | 90           | 10.844         | 12.462         | 6.448           | 181.456         |
| 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                         | Компот из клубники с сахаром                                        | 54-1хн-2020       | 200          | 0.100          | 0.000          | 15.930          | 65.450          |
| <b>Итого за Обед:</b>     |                                                                     | <b>110.00 р.</b>  | <b>850</b>   | <b>24.412</b>  | <b>30.167</b>  | <b>105.236</b>  | <b>784.466</b>  |
| <b>Итого за день:</b>     |                                                                     | <b>110.00 р.</b>  | <b>850</b>   | <b>24.412</b>  | <b>30.167</b>  | <b>105.236</b>  | <b>784.466</b>  |
| <b>Вторник</b>            |                                                                     |                   |              |                |                |                 |                 |
| <b>Обед</b>               |                                                                     |                   |              |                |                |                 |                 |
| 1                         | Морковь, тушенная в сметанном соусе                                 | 334/2011.         | 100          | 1.466          | 2.920          | 8.399           | 64.865          |
| 2                         | Суп гороховый с гречками                                            | 306/3/1998.       | 250          | 11.231         | 8.834          | 34.150          | 255.962         |
| 3                         | Рыба тушенная в томате с овощами(филе минтая)*                      | 640/3/1998.       | 100          | 10.431         | 7.445          | 4.835           | 127.814         |
| 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         |
| <b>Итого за Обед:</b>     |                                                                     | <b>110.00 р.</b>  | <b>830</b>   | <b>29.274</b>  | <b>22.351</b>  | <b>116.923</b>  | <b>768.195</b>  |
| <b>Итого за день:</b>     |                                                                     | <b>110.00 р.</b>  | <b>830</b>   | <b>29.274</b>  | <b>22.351</b>  | <b>116.923</b>  | <b>768.195</b>  |
| <b>Среда</b>              |                                                                     |                   |              |                |                |                 |                 |
| <b>Обед</b>               |                                                                     |                   |              |                |                |                 |                 |
| 1                         | Закуска овощная с чесноком                                          | 198/1998          | 100          | 2.153          | 9.551          | 13.309          | 146.690         |
| 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 ягодного микса                                            | 54-1хн-2020       | 200          | 0.220          | 0.120          | 16.490          | 68.650          |
| <b>Итого за Обед:</b>     |                                                                     | <b>110.00 р.</b>  | <b>800</b>   | <b>26.267</b>  | <b>40.636</b>  | <b>107.47</b>   | <b>887.225</b>  |
| <b>Итого за день:</b>     |                                                                     | <b>110.00 р.</b>  | <b>800</b>   | <b>26.267</b>  | <b>40.636</b>  | <b>107.47</b>   | <b>887.225</b>  |
| <b>Четверг</b>            |                                                                     |                   |              |                |                |                 |                 |
| <b>Обед</b>               |                                                                     |                   |              |                |                |                 |                 |
| 1                         | Салат из свеклы отварной                                            | 54-13з            | 100          | 1.614          | 4.995          | 10.253          | 90.518          |
| 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                         | Греч с курицей(филе курицы)*                                        | 893/2/1998.       | 200          | 14.314         | 17.353         | 43.203          | 385.905         |
| 4                         | Хлеб пшеничный                                                      | ТПП               | 50           | 3.800          | 0.450          | 24.850          | 113.000         |
| 5                         | Компот из клубники с сахаром                                        | 54-1хн-2020       | 200          | 0.100          | 0.000          | 15.930          | 65.450          |
| <b>Итого за Обед:</b>     |                                                                     | <b>110.00 р.</b>  | <b>800</b>   | <b>24.918</b>  | <b>32.426</b>  | <b>104.739</b>  | <b>802.097</b>  |
| <b>Итого за день:</b>     |                                                                     | <b>110.00 р.</b>  | <b>800</b>   | <b>24.918</b>  | <b>32.426</b>  | <b>104.739</b>  | <b>802.097</b>  |
| <b>Пятница</b>            |                                                                     |                   |              |                |                |                 |                 |
| <b>Обед</b>               |                                                                     |                   |              |                |                |                 |                 |
| 1                         | Морковь, тушенная в сметанном соусе                                 | 334/2011.         | 100          | 1.466          | 2.920          | 8.399           | 64.865          |
| 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                                 | ГТК               | 225          | 18.144         | 15.059         | 27.642          | 311.815         |
| 4                         | Хлеб пшеничный                                                      | ТПП               | 35           | 2.660          | 0.315          | 17.395          | 79.100          |
| 5                         | Компот из сухофруктов*                                              | 1113/3/98         | 200          | 0.640          | 0.000          | 28.570          | 114.450         |
| <b>Итого за Обед:</b>     |                                                                     | <b>110.00 р.</b>  | <b>810</b>   | <b>28.998</b>  | <b>24.544</b>  | <b>105.481</b>  | <b>741.125</b>  |
| <b>Итого за день:</b>     |                                                                     | <b>110.00 р.</b>  | <b>810</b>   | <b>28.998</b>  | <b>24.544</b>  | <b>105.481</b>  | <b>741.125</b>  |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД:</b>     |                                                                     | <b>1100.00 р.</b> | <b>8291</b>  | <b>277.172</b> | <b>307.585</b> | <b>1108.354</b> | <b>8174.468</b> |
| <b>ИТОГО ЗА ПЕРИОД:</b>   |                                                                     | <b>1100.00 р.</b> | <b>8291</b>  | <b>277.172</b> | <b>307.585</b> | <b>1108.354</b> | <b>8174.468</b> |
| <b>СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД:</b> |                                                                     | <b>110.00 р.</b>  | <b>829.1</b> | <b>27.72</b>   | <b>30.76</b>   | <b>110.84</b>   | <b>817.45</b>   |
| <b>СООТНОШЕНИЕ:</b>       |                                                                     |                   |              | <b>1</b>       | <b>1.11</b>    | <b>3.999</b>    |                 |

Примечание:

Директор С.Г.И. Лемкина

Зав. произв. \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_