

УТВЕРЖДАЮ
ИП Гнатко И.В.



СОГЛАСОВАНО

В.И. Митков

№ 91

Меню завтраков для учащихся 1-4 классов. Для БОУ

Первая неделя

9842	Номер по сборнику рецептов	Выход основной	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Понедельник						
Завтрак						
1 Сыр п/твердых сортов порционный	54-1з-2020	10	2.680	2.730	0.000	36.100
2 Каша молочная ячневая с маслом	548/2/1998 г.	220	7.562	6.450	44.097	264.384
3 Соус вишневый*	1090/3/98.	10	0.008	0.000	1.346	5.419
4 Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
5 Чай с лимоном, с сахаром	54/3гн/2020	200	0.263	0.000	7.265	31.828
Итого за Завтрак:		500	15.073	9.72	82.528	473.331
Итого за день:		500	15.073	9.72	82.528	473.331
Вторник						
Завтрак						
1 Каша молочная из хлопьев овсяных "Геркулес"	548/1998.	250	8.109	8.659	39.808	264.306
2 Соус абрикосовый*	1087/98.	20	0.114	0.000	13.426	53.864
3 Хлеб пшеничный	ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
4 Чай с сахаром	54-2гн-2020	200	0.200	0.000	7.055	29.448
Итого за Завтрак:		525	12.603	9.154	87.624	471.918
Итого за день:		525	12.603	9.154	87.624	471.918
Среда						
Завтрак						
1 Запеканка из творога	620/3/1998.	130	22.174	16.021	18.552	311.176
2 Соус клубничный*	1090/98.	50	0.095	0.000	20.872	85.120
3 Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
4 Чай с лимоном, с сахаром	54/3гн/2020	200	0.263	0.000	7.265	31.828
5 Салат из моркови свежей с сахаром	139/3/1998.	60	1.238	0.095	11.658	51.383
Итого за Завтрак:		500	28.33	16.656	88.167	615.107
Итого за день:		500	28.33	16.656	88.167	615.107
Четверг						
Завтрак						
1 Сыр п/твердых сортов порционный	54-1з-2020	10	2.680	2.730	0.000	36.100
2 Каша молочная пшеничная с маслом	548/1/1998 г.	220	7.606	7.304	41.581	263.234
3 Соус вишневый*	1090/3/98.	10	0.008	0.000	1.346	5.419
4 Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
5 Чай с сахаром	54-2гн-2020	200	0.200	0.000	7.055	29.448
Итого за Завтрак:		500	15.054	10.574	79.802	469.801
Итого за день:		500	15.054	10.574	79.802	469.801
Пятница						
Завтрак						
1 Повидло	ТПП	15	0.060	0.000	9.795	37.050
2 Омлет с отварным картофелем	275/2018	215	13.825	21.703	18.547	321.457
3 Хлеб пшеничный	ТПП	70	5.320	0.630	34.790	158.200
4 Чай с лимоном, с сахаром	54/3гн/2020	200	0.263	0.000	7.265	31.828
Итого за Завтрак:		500	19.468	22.333	70.397	548.535
Итого за день:		500	19.468	22.333	70.397	548.535

Вторая неделя

1-4 кн

Понедельник							
Завтрак							
1	Сыр п/твердых сортов порционный	54-1з-2020	10	2.680	2.730	0.000	36.100
2	Каша молочная манная с маслом	548/2/1998 г	250	7.052	6.697	41.657	256.005
3	Соус клубничный*	1090/98.	20	0.038	0.000	8.349	34.048
4	Хлеб пшеничный	ТПП	52	3.952	0.468	25.844	117.520
5	Чай с лимоном, с сахаром	54/3гн/202 0	200	0.263	0.000	7.265	31.828
Итого за Завтрак:			532	13.985	9.895	83.115	475.501
Итого за день:			532	13.985	9.895	83.115	475.501
Вторник							
Завтрак							
1	Сироп шоколадный	446/2018	50	1.337	0.825	26.509	119.635
2	Запеканка рисовая с изюмом	239/2018	200	4.571	4.020	50.719	256.210
3	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
4	Чай с сахаром	54-2гн-202 0	200	0.200	0.000	7.055	29.448
Итого за Завтрак:			500	9.908	5.295	109.133	518.293
Итого за день:			500	9.908	5.295	109.133	518.293
Среда							
Завтрак							
1	Повидло	ТПП	15	0.060	0.000	9.795	37.050
2	Омлет с отварным картофелем	275/2018	215	14.713	21.748	27.294	358.309
3	Хлеб пшеничный	ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
4	Чай с лимоном, с сахаром	54/3гн/202 0	200	0.263	0.000	7.265	31.828
Итого за Завтрак:			500	17.316	22.018	59.264	494.987
Итого за день:			500	17.316	22.018	59.264	494.987
Четверг							
Завтрак							
1	Салат из моркови свежей с сахаром	139/3/1998.	60	1.238	0.095	11.658	51.383
2	Запеканка из творога	620/3/1998.	130	22.174	16.021	18.552	311.176
3	Соус клубничный*	1090/98.	50	0.095	0.000	20.872	85.120
4	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
5	Чай с сахаром	54-2гн-202 0	200	0.200	0.000	7.055	29.448
Итого за Завтрак:			500	28.267	16.656	87.957	612.727
Итого за день:			500	28.267	16.656	87.957	612.727
Пятница							
Завтрак							
1	Сыр п/твердых сортов порционный	54-1з-2020	10	2.680	2.730	0.000	36.100
2	Соус абрикосовый с/м*	1087/98.	10	0.000	0.000	1.996	7.980
3	Каша молочная из хлопьев овсяных "Геркулес"	548/1998.	250	8.109	8.659	39.808	264.306
4	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
5	Чай с лимоном, с сахаром	54/3гн/202 0	200	0.263	0.000	7.265	31.828
Итого за Завтрак:			530	15.612	11.929	78.889	475.814
Итого за день:			530	15.612	11.929	78.889	475.814
ИТОГО ЗА Завтрак:			5087	175.616	134.23	826.876	5156.014
ИТОГО ЗА ПЕРИОД:			5087	175.616	134.23	826.876	5156.014
СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД:			508.7	17.56	13.42	82.69	515.6
СООТНОШЕНИЕ:				1	0.764	4.709	

Примечание:

Директор _____

Зав. произв. _____

Калькулятор _____