

Меню для учащихся 5-11 классов БОУ _____ №



	8436	Номер по сборнику рецептур	Выход основной	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Понедельник							
1 неделя							
Завтрак							
1	Сыр п/твердых сортов порционный	54-1з-2020	15				
2	Каша молочная с маслом(жидкая) ²	548/2/1998.	200				
3	Хлеб в ассортименте ⁵	ТПП	42				
4	Чай плодово-ягодный с сахаром ³	54-13гн-2020	200				
5	Фрукт свежий ⁴	ТПП	150				
Итого за Завтрак:			не менее 550			не менее 544	
Обед							
1	Овощная закуска ¹	1070/3/1998.	100				
2	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне (со сметаной)	282/3/1998.	250				
3	Котлета куриная тушеная в томатном соусе	ТПП/1029/3/1998	120				
4	Картофельное пюре на молоке с маслом	946/2/1998.	180				
5	Хлеб в ассортименте ⁵	ТПП	65				
6	Компот из кураги	1113/3/98г.	200				
Итого за Обед:			не менее 800			не менее 816	
Вторник							
1 неделя							
Завтрак							
1	Тефтели(биточки) тушеные в сметанном соусе с томатом	ТПП/1045/3/1998	110				
2	Макаронные изделия отварные с маслом	940/3/1998.	180				
3	Хлеб в ассортименте ⁵	ТПП	60				
4	Чай плодово-ягодный с сахаром ³	54-13гн-2020	200				
Итого за Завтрак:			не менее 550			не менее 544	
Обед							
1	Овощная закуска ¹	320/2011 Т	100				
2	Свекольник на курином бульоне(со сметаной)	95/2018.	250				
3	Рагу овощное с мясом птицы(филе курицы)	887/3/1998.	225				
4	Хлеб в ассортименте ⁵	ТПП	66				
5	Компот из сухофруктов	1113/3/98	200				
6	Пряник в индивидуальной упаковке	ТПП	30				
Итого за Обед:			не менее 800			не менее 816	
Среда							
1 неделя							
Завтрак							
1	Запеканка творожная/сырники(п/ф)	ТТК	160				
2	Соус плодово-ягодный/молоко сгущеное	1087/98.	40				
3	Хлеб в ассортименте ⁵	ТПП	32				
4	Чай с сахаром	54-2гн-2020	200				
5	Фрукт свежий ⁴	ТПП	150				
Итого за Завтрак:			не менее 550			не менее 544	
Обед							
1	Овощная закуска ¹	54/2011.	100				
2	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	307/3/1998.	250				
3	Котлета курица/говядина запеченая с соусом сметанным	ТПП/1044/3/1998	110				
4	Гречка отварная с маслом	931/3/1998.	180				
5	Хлеб в ассортименте ⁵	ТПП	31				
6	Компот плодово-ягодный с сахаром ³	54-1хн-2020	200				
Итого за Обед:			не менее 800			не менее 816	

Четверг 1 неделя					
Завтрак					
1	Курица тушеная с морковью в сметанном соусе (филе курицы)	303/2011	105		
2	Картофельное пюре на молоке с маслом	946/2/1998.	150		
3	Хлеб в ассортименте ⁵	ТПП	63		
4	Чай плодово-ягодный с сахаром ³	54/3гн/2020	200		
5	Печенье апельсиновое в инд. упаковке	ТПП	35		
Итого за Завтрак:			не менее 550		не менее 544
Обед					
1	Овощная закуска ¹	1070/3/1998.	100		
2	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне (со сметаной)	262/1998.	250		
3	Рыба тушеная в сметанном соусе	232/2017 Т	100		
4	Рис отварной с маслом	934/3/1998.	180		
5	Хлеб в ассортименте ⁵	ТПП	32		
6	Компот плодово-ягодный с сахаром ³	54-1хн-2020	200		
Итого за Обед:			не менее 800		не менее 816
Пятница 1 неделя					
Завтрак					
1	Овощная закуска ¹	198/1998	35		
2	Плов с курицей(филе курицы)	893/2/1998.	220		
3	Хлеб в ассортименте ⁵	ТПП	60		
4	Чай плодово-ягодный с сахаром ³	54-13гн-2020	200		
5	Печенье апельсиновое в инд. упаковке	ТПП	35		
Итого за Завтрак:			не менее 550		не менее 544
Обед					
1	Овощная закуска ¹	320/2011 Т	100		
2	Свекольник на курином бульоне(со сметаной)	95/2018.	250		
3	Жаркое по-домашнему	820/3/1998.	245		
4	Хлеб в ассортименте ⁵	ТПП	32		
5	Сок фруктовый/компот плодово-ягодный ³	ТПП	200		
Итого за Обед:			не менее 800		не менее 816
Суббота 1 неделя					
Завтрак					
1	Бефстроганов	736/3/1998.	90		
2	Макаронные изделия отварные с маслом	940/2/1998.	180		
3	Хлеб в ассортименте ⁵	ТПП	82		
4	Какао с молоком	1222/2/1998.	200		
Итого за Завтрак:			не менее 550		не менее 544
Обед					
1	Овощная закуска ¹	1072/2/1998.	100		
2	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне (со сметаной)	282/3/1998.	250		
3	Оладьи из печени запеченные	850/2/1998.	90		
4	Картофель отварной(без масла)	423/3/1998.	200		
5	Хлеб в ассортименте ⁵	ТПП	25.3		
6	Кисель плодово-ягодный ³	1131/3/98.	200		
Итого за Обед:			не менее 800		не менее 816
Понедельник 2 неделя					
Завтрак					
1	Каша молочная с маслом(жидкая) ²	548/1/1998г.	205		
2	Хлеб в ассортименте ⁵	ТПП	69		
3	Чай плодово-ягодный с сахаром ³	54/3гн/2020	200		
4	Фрукт свежий ⁴	ТПП	150		
5	Корж молочный в индивидуальной упаковке	ТПП	45		
Итого за Завтрак:			не менее 550		не менее 544
Обед					
1	Овощная закуска ¹	334/2011.	100		
2	Суп гороховый на курином бульоне	306/3/1998.	250		
3	Котлета курица/говядина запеченая с соусом сметанным	ТПП/1044/3/1998	110		
4	Рис отварной с маслом	934/3/1998.	180		
5	Хлеб в ассортименте ⁵	ТПП	26		
6	Компот плодово-ягодный с сахаром ³	54-1хн-2020	200		

Итого за Обед:		не менее 800		не менее 816	
Вторник					
2 неделя					
Завтрак					
1	Гуляш из говядины	827/3/98.	100		
2	Гречка отварная с маслом	931/3/1998.	206		
3	Хлеб в ассортименте ⁵	ТПП	58		
4	Чай плодово-ягодный с сахаром ³	54-13гн-2020	200		
Итого за Завтрак:		не менее 550		не менее 544	
Обед					
1	Овощная закуска ¹	55/2018	100		
2	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	307/3/1998.	250		
3	Котлета куриная тушеная в томатном соусе	ТПП/1029/3/1998	120		
4	Картофельное пюре на молоке с маслом	946/2/1998.	185		
5	Хлеб в ассортименте ⁵	ТПП	57		
6	Компот плодово-ягодный с сахаром ³	54-1хн-2020.	200		
Итого за Обед:		не менее 800		не менее 816	
Среда					
2 неделя					
Завтрак					
1	Омлет натуральный на молоке	54-1о-2020	160		
2	Хлеб в ассортименте ⁵	ТПП	45		
3	Чай с сахаром	54-2гн-2020	200		
4	Фрукт свежий ⁴	ТПП	150		
Итого за Завтрак:		не менее 550		не менее 544	
Обед					
1	Овощная закуска ¹	320/2011	100		
2	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне (со сметаной)	262/1998.	250		
3	Рагу овощное с мясом птицы(филе курицы)	887/3/1998.	250		
4	Хлеб в ассортименте ⁵	ТПП	47		
5	Компот из сухофруктов	1113/3/98	200		
6	Печенье апельсиновое в инд. упаковке	ТПП	35		
Итого за Обед:		не менее 800		не менее 816	
Четверг					
2 неделя					
Завтрак					
1	Тефтели(биточки) тушеные в сметанном соусе с томатом	ТПП/1045/3/1998	120		
2	Макаронные изделия отварные с маслом	940/3/1998.	178		
3	Хлеб в ассортименте ⁵	ТПП	57		
4	Чай плодово-ягодный с сахаром ³	54/3гн/2020	200		
Итого за Завтрак:		не менее 550		не менее 544	
Обед					
1	Овощная закуска ¹	1070/3/1998.	100		
2	Свекольник на курином бульоне(со сметаной)	95/2018.	255		
3	Плов с курицей(филе курицы)	893/2/1998.	220		
4	Хлеб в ассортименте ⁵	ТПП	54		
5	Компот плодово-ягодный с сахаром ³	54-1хн-2020	200		
Итого за Обед:		не менее 800		не менее 816	
Пятница					
2 неделя					
Завтрак					
1	Рыба тушеная в томате с овощами	640/3/1998.	100		
2	Картофельное пюре на молоке с маслом	946/2/1998.	190		
3	Хлеб в ассортименте ⁵	ТПП	62		
4	Чай плодово-ягодный с сахаром ³	54-13гн-2020	200		
Итого за Завтрак:		не менее 550		не менее 544	
Обед					
1	Овощная закуска ¹	161/1998.	100		
2	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне (со сметаной)	282/3/1998.	250		
3	Жаркое по-домашнему	820/3/1998.	245		
4	Хлеб в ассортименте ⁵	ТПП	40		
5	Сок фруктовый/компот плодово-ягодный ³	ТПП	200		
Итого за Обед:		не менее 800		не менее 816	

Суббота 2 неделя						
Завтрак						
1	Котлета курица/говядина запеченая с соусом сметанным	ТПП/1044/3/1998	110			
2	Гречка отварная с маслом	931/3/1998.	190			
3	Хлеб в ассортименте ⁵	ТПП	57			
4	Какао с молоком	1222/2/1998.	200			
Итого за Завтрак:		не менее 550			не менее 544	
Обед						
1	Овощная закуска ¹	54/2011.	100			
2	Суп гороховый на курином бульоне	306/3/1998.	250			
3	Котлета куриная тушеная в томатном соусе	ТПП/1029/3/1998	140			
4	Рис отварной с маслом	934/3/1998.	210			
5	Хлеб в ассортименте ⁵	ТПП	53			
6	Кисель к плодово-ягодный ³	1131/3/98.	200			
Итого за Обед:		не менее 800			не менее 816	
ИТОГО ЗА Завтрак:			6846	292,86	229,027	1106,38
ИТОГО ЗА Обед:			10488.3	363,524	372,917	1498,367
ИТОГО ЗА ПЕРИОД:			17334.3	656,384	601,944	2604,747
СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД:			1444.53	54,7	50,16	217,06
СООТНОШЕНИЕ:				1	0,917	3,968

Примечание:

¹ Овощная нарезка из свежих овощей (огурец, помидор, перец), овощная нарезка из вареных овощей (морковь, свекла и т.п.), консервированные овощи (зеленый горошек, кукуруза, овощная икра), салаты и закуски из свежих и вареных овощей, винегреты и т.д. Ассортимент холодных блюд и закусок формируется в соответствии с санитарно-техническими и планировочными возможностями пищеблока.

для приготовления молочной каши используется крупа рисовая, пшеничная, пшеничная, ячневая, кукурузная, хлопья "Геркулес"

³ Для приготовления напитков используются свежемороженые ягоды и плоды и/или свежие ягоды и плоды в соответствии с сезонностью.

⁴ Фрукты свежие: яблоки, мандарины, апельсины. Допускается замена фруктов в соответствии с сезонностью. Допускается увеличение массы фруктов.

⁵ Хлеб в ассортименте: хлеб пшеничный, хлеб ржано-пшеничный, батон нарезной и т.п.