

Согласованно: Директор

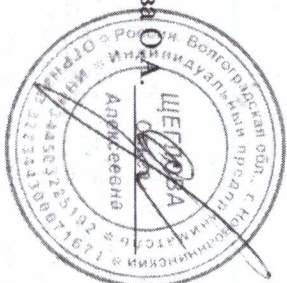
« 02 »

02.01.2023 года

И.И. Щеглова



Утверждаю: ИП Щеглова О.А.



**Примерное 15 дневное Меню
На питание учащихся с ограниченными возможностями и
детей инвалидов**

на 01.01.2023г.

СЕЗОН: зимне-весенний
День №1

№ блюда по сбор. рецепту	Наименование	Выход		Цена	Химический состав			Энергетич. ценность (ккал)
		(Г)	(Д)		Белки (г)	Жиры (г)	Угле-воды(г)	
Т.к.№21 рец.№3 сб2007г	Бутиерброд с маслом	7-11 лет	12 лет и старше	12,91	3,16	0,40	19,32	106,40
		30/5	30/5					
Т.к.№2 рец.№629/2из3	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	200/15/7	5,00	0,30	0,00	6,70	27,90

№ блюда по сбор. рецепту	Наименование	Выход		Цена	Химический состав			Энергетич. ценность (ккал)
		(Г)	(Д)		Белки (г)	Жиры (г)	Угле-воды(г)	
Т.Т.К. №3	Котлета Анисетитная п/ф (куриная)	7-11 лет	12 лет и старше	35,70	12,00	30,00	14,00	370,00
		100	100					
Т.к.№14 рец.№255	Макаронны отварные	180	180	11,20	5,30	5,50	32,70	202,00
Т.к.№15 рец.№528/3	Соус основной красный	68	68	18,69	3,30	2,70	8,90	73,10
		2/30	2/30					
Уд качества	Хлеб пшеничный в/с	2/30	2/30	6,50	3,68	1,28	25,12	128,52
Т.к.№2 рец.№629/2из3	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	200/15/7	5,00	0,30	0,00	6,70	27,90
		Итого БЖУ						
	Итого сумма			95,00				

День №2

№ блюда по сбор. рецепту	Наименование	Выход (г)		Цена	Химический состав			Энергетическая ценность
		7-11 лет	12 лет и старше		Белки (г)	Жиры (г)	Угле-воды(г)	
Тк№21 рец№3 с62007г	Бутерброд с маслом	30/5	30/5	12,91	3,16	0,40	19,32	106,40
Тк№2 рец№629/2ч3	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	200/15/7	5,00	0,30	0,00	6,70	27,90
№ блюда по сбор. рецепту	Наименование	Выход (г)	Выход (г)	Цена	Химический состав			Энергетическая ценность
		7-11 лет	12 лет и старше		Белки (г)	Жиры (г)	Угле-воды(г)	
Тк№8 рец№449	Плов из птицы	230/60	230/60	65,59	19,10	19,30	48,20	443,00
Уд из рецепта	Хлеб пшеничный в/с	2/30	2/30	6,50	3,68	1,28	25,12	128,52
Тк№з рец№629/2ч3	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	200/15/7	5,00	0,30	0,00	6,70	27,90
	Итого БЖУ				26,54	20,98	106,04	733,72
	Итого сумма			95,00				

День №3

№ блн по сбор- рецепту	Наименование	Выход	Выход	Цена	Химический состав			Энергетич еская ценность
		(Г)	(Г)		Белки (г)	Жиры (г)	Угле- воды(г)	
Тк№21 рец№3 сб2007г	Бутерброд с маслом	7-11 лет	12 лет и старше	12,91	3,16	0,40	19,32	106,40
		30/5	30/5					
Тк№2 рец№629/2м3	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	200/15/7	5,00	0,30	0,00	6,70	27,90
№ блн по сбор- рецепту	Наименование	Выход	Выход	Цена	Химический состав			Энергетич еская ценность
		(Г)	(Г)		Белки (г)	Жиры (г)	Угле- воды(г)	
Тк№1 рец№257	Каша молочная с м. слив (с хлопьями овсяными)	7-11 лет	12 лет и старше	30,17	8,60	12,89	34,20	285,80
		200/10	200/10					
ТК№1	Блин с вар.судом,молоком и/ф	60	60	25,32	3,50	7,50	36,00	230,00
		2/30	2/30	6,50	3,68	1,28	25,12	128,52
Тк№12 рец№642/3	Хлеб пшеничный в/с	2/30	2/30	6,50	3,68	1,28	25,12	128,52
		200	200	15,10	4,60	4,40	12,50	107,20
	Какао на молоке							
	Итого БЖУ				23,84	26,38	133,84	885,82
	Итого сумма			95,00				

День №4

№ блюда по сбор- рецепту	Наименование	Выход	Выход	Цена	Химический состав			Энергетич еская ценность
		(г)	(г)		Белки (г)	Жиры (г)	Угле- воды(г)	
Тк№21 рец№3 с62007г	Бутерброд с маслом	7-11 лет	12 лет и старше	12,91	3,16	0,40	19,32	106,40
		30/5	30/5					
Тк№2 рец№629/2м3	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	200/15/7	5,00	0,30	0,00	6,70	27,90
№ блюда по сбор- рецепту	Наименование	Выход (г)	Выход (г)	Цена	Химический состав			Энергетич еская ценность
		7-11 лет	12 лет и старше		Белки (г)	Жиры (г)	Угле- воды(г)	
		100	160		9,50	17,30	6,40	
		180	180		24,70	6,96	35,90	
Тк№15 рец№528/3	Соус основной крепкий	21	21	5,89	3,30	2,70	8,90	73,10
Тк№9 рец№254	Гречка отварная рассыпчатая	180	180	24,70	8,20	6,96	35,90	238,90
Тк№15 рец№528/3	Уд. количества	2/30	2/30	6,50	3,68	1,28	25,12	128,52
Тк№2 рец№629/2м3	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	200/15/7	5,00	0,30	0,00	6,70	27,90
	Итого БЖУ				28,44	28,58	109,04	822,72
	Итого сумма			95,00				

День №5

№ блнот по сбор. рецепту	Наименование	Выход	Выход	Цена	Химический состав			Энергетич еская ценность (ккал)				
		(г)	(г)		Белки (г)	Жиры (г)	Угле- воды(г)					
Тк№21 рец№3 сб2007г	Бутерброд с маслом	7-11 лет	12 лет и старше	12,91	3,16	0,40	19,32	106,40				
		30/5	30/5									
Тк№2 рец№629/2н3	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	200/15/7	5,00	0,30	0,00	6,70	27,90				
№ блнот по сбор. рецепту	Наименование	Выход (г)	Выход (г)	Цена	Химический состав			Энергетич еская ценность (ккал)				
		7-11 лет	12 лет и старше		Белки (г)	Жиры (г)	Угле- воды(г)					
		100	100		11,00	26,00	2,50		290,00			
		Тк№14 рец№355	Макароны отварные		180	180	11,29		5,30	5,50	32,70	202,00
		Тк№15 рец№528/3	Соев оевоноей крикельд		45	45	12,29		3,30	2,70	8,90	73,10
Тк№2 рец№679/3	Хлеб пшеничный в/с	2/30	2/30	6,50	3,68	1,28	25,12	128,52				
	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	200/15/7	5,00	0,30	0,00	6,70	27,90				
	Итого БЖУ				27,04	35,88	101,94	855,82				
	Итого сумма			95,00								

День №6

№ билета по сбор. рецепту	Наименование	Выход (г)	Выход (г)	Цена	Химический состав				Энергетическая ценность (ккал)
		7-11 лет	12 лет и старше		Белки (г)	Жиры (г)	Угле-воды(г)	Энергетическая ценность	
Тк№21 рец.№3 сб2007г	Бутерброд с маслом	30/5	30/5	12,91	3,16	0,40	19,32	106,40	
		200/15/7	200/15/7	5,00	0,30	0,00	6,70	27,90	
Тк№2 рец.№629/2из	Чай с сахаром и лимоном								
№ билета по сбор. рецепту	Наименование	Выход (г)	Выход (г)	Цена	Химический состав				Энергетическая ценность (ккал)
		7-11 лет	12 лет и старше		Белки (г)	Жиры (г)	Угле-воды(г)	Энергетическая ценность	
Тк№21 рец.№257	Каша молочная с м. слив. (пшеница)	200/10	200/10	30,17	8,30	11,79	37,50	288,00	
		50	60	25,32	3,50	7,50	36,00	230,00	
Уд начисления	Хлеб пшеничный в/с	2/30	2/30	6,50	3,68	1,28	25,12	128,52	
		209	300	15,10	4,60	4,40	12,50	107,20	
Тк№12 рец.№642/3	Какао на молоке								
	Итого БЖУ								
	Итого сумма			95,00	23,54	25,28	137,14	880,02	

День №7

№ блюда по сбор. рецепту	Наименование	Выход (г)		Цена	Химический состав				Энергетическая ценность (ккал)
		7-11 лет	12 лет и старше		Белки (г)	Жиры (г)	Угле-воды(г)		
Тк№21 рец№3 сб2007г	Бутерброд с маслом	7-11 лет	12 лет и старше	12,91	Белки (г) 3,16	Жиры (г) 0,40	Угле-воды(г) 19,32	Энергетическая ценность (ккал) 106,40	
		30/5	30/5						5,00
Тк№2 рец№629/2м3	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	200/15/7	5,00	0,30	0,00	6,70	27,90	
№ блюда по сбор. рецепту	Наименование	Выход (г)	Выход (г)	Цена	Химический состав				Энергетическая ценность (ккал)
		7-11 лет	12 лет и старше		Белки (г)	Жиры (г)	Угле-воды(г)		
Тк№19 рец№677	Вареники отварные (п/ф) со сметаной	7-11 лет	12 лет и старше	40,27	Белки (г) 10,40	Жиры (г) 4,30	Угле-воды(г) 29,90	Энергетическая ценность (ккал) 194,00	
		190/10	190/10						25,32
ТТК№1	Битни с вар.студ.молоком в/ф	60	60	25,32	3,50	7,50	36,00	230,00	
		2/30	2/30	6,50	3,68	1,28	25,12	128,52	
Тк№3 рец№629/2м3	Хлеб пшеничный в/с	2/30	2/30	6,50	3,68	1,28	25,12	128,52	
		200/15/7	200/15/7	5,00	0,30	0,00	6,70	27,90	
	Чай с сахаром и лимоном			5,00	0,30	0,00	6,70	27,90	
	Итого БЖУ				21,34	13,48	123,74	714,72	
	Итого сумма			95,00					

День №8

№ блюка по сбор. рецепту	Наименование	Выход (г)		Цена	Химический состав			Энергетическая ценность (ккал)
		7-11 лет	12 лет и старше		Белки (г)	Жиры (г)	Угле-воды(г)	
Тк№21 рец.№3 с62007г	Бутерброд с маслом	30/5	30/5	12,91	3,16	0,40	19,32	106,40
		200/15/7	200/15/7	5,00	0,30	0,00	6,70	27,90
Тк№2 рец.№629/2ч3	Чай с сахаром и лимонной							
№ блюка по сбор. рецепту	Наименование	Выход (г)	Выход (г)	Цена	Химический состав			Энергетическая ценность (ккал)
		7-11 лет	12 лет и старше		Белки (г)	Жиры (г)	Угле-воды(г)	
Тк№3	Котлета Англостетная и/ф (куриная)	100	100	35,70	12,00	30,00	14,00	370,00
		180	180	10,89	8,77	1,36	24,66	123,52
Тк№5 рец.№270	Пюре гороховое							
Тк№15 рец.№528/3	Салат основной красный	69	69	19,09	3,30	2,70	8,90	73,10
Уд. качества	Хлеб пшеничный в/с	2/30	2/30	6,50	3,68	1,28	25,12	128,52
Тк№2 рец.№629/7ч3	Чай с сахаром и лимонной	200/15/7	200/15/7	5,00	0,30	0,00	6,70	27,90
	Итого БЖУ				31,51	35,74	105,40	857,34
	Итого сумма			95,00				

День №9

№ блюда по сбор. рецепту	Наименование	Выход (г)		Цена	Химический состав				Энергетическая ценность (ккал)
		7-11 лет	12 лет и старше		Белки (г)	Жиры (г)	Угле-воды(г)	Энергетическая ценность (ккал)	
Тк№21 рец.№3 сб2007г	Бутерброд с маслом	30/5	30/5	12,91	3,16	0,40	19,32	106,40	
		200/15/7	200/15/7						5,00
Тк№2 рец.№629/2из3	Чай с сахаром и лимоном								
№ блюда по сбор. рецепту	Наименование	Выход (г)		Цена	Химический состав				Энергетическая ценность (ккал)
		7-11 лет	12 лет и старше		Белки (г)	Жиры (г)	Угле-воды(г)	Энергетическая ценность (ккал)	
Тк№18 рец.№257	Каша молочная с м.слив.(малыш)	200/19	200/10	50,17	4,80	8,20	30,40	228,21	
		50	69						25,32
Тк№12 рец.№642/3	Хлеб пшеничный в/с Каркао на полжеле	2/39	2/39	6,50	3,68	1,28	25,12	128,52	
		200	200						15,10
Итого БЖУ									
Итого сумма				95,00					

День №10

№ блюда по сбор- рецепту	Наименование	Выход (г)		Цена	Химический состав			Энергетич- еская ценность
		7-11 лет	12 лет и старше		Белки (г)	Жиры (г)	Угле- воды(г)	
Тк№21 рец№3 сб2007г	Бутерброд с маслом	30/5	30/5	12,91	3,16	0,40	19,32	106,40
		200/15/7	200/15/7	5,00	0,30	0,00	6,70	27,90
Тк№2 рец№629/2из	Чай с сахаром и лимонном							
№ блюда по сбор- рецепту	Наименование	Выход (г)	Выход (г)	Цена	Химический состав			Энергетич- еская ценность
		7-11 лет	12 лет и старше		Белки (г)	Жиры (г)	Угле- воды(г)	
Тк№11 рец№769	Начинь, по-строгоновски	89/85	80/55	40,89	13,40	14,00	5,30	200,50
Тк№9 рец№255	1 речка отварные рассыпчатый	189	180	24,70	8,20	6,90	35,90	238,90
Уд. частота	Хлеб пшеничный в/с	2/30	2/30	6,50	3,68	1,28	25,12	128,52
Тк№2 рец№629/2из	Чай с сахаром и лимонном	200/15/7	200/15/7	5,00	0,30	0,00	6,70	27,90
	Итого БЖУ				29,04	22,58	99,04	730,12
	Итого сумма			95,00				

День №11

№ билета по сбор. рецепту	Наименование	Выход (г)		Цена	Химический состав				Энергетическая ценность (ккал)
		7-11 лет	12 лет и старше		Белки (г)	Жиры (г)	Угле-воды(г)	Энергетич еская ценность (ккал)	
Тк№21 рец№3 с62007г	Бутерброд с маслом	7-11 лет	12 лет и старше	12,91	3,16	0,40	19,32	106,40	
		30/5	30/5						
Тк№2 рец№629/7ч3	Чай с сахаром и лимонном	200/15/7	200/15/7	5,00	0,30	0,00	6,70	27,90	
№ билета по сбор. рецепту	Наименование	Выход (г)	Выход (г)	Цена	Химический состав				Энергетич еская ценность (ккал)
		7-11 лет	12 лет и старше		Белки (г)	Жиры (г)	Угле-воды(г)	Энергетич еская ценность (ккал)	
Тк№14 рец№255	Макаронны отварные	100	100	35,10	9,50	17,30	6,40	220,00	
		180	180						
Тк№15 рец№528/3	Супе основной картофель	70	70	19,39	3,30	2,70	8,90	202,00	
		180	180						
Тк№12 рец№629/7ч3	Хлеб пшеничный в/с	7/20	27/30	6,50	3,68	1,28	25,12	73,10	
		209/15/7	200/15/7						
Итого БЖУ				5,00	0,30	0,00	6,70	27,90	
Итого сумма				95,00	25,54	27,18	105,84	785,82	

День №12

№ блнод по сбор. рецепту	Наименование	Выход	Выход	Цена	Химический состав			Энергетич еская ценность (ккал)
		(г)	(г)		Белки (г)	Жиры (г)	Угле- воды(г)	
ТК№21 рец№3 сб2007г	Бутерброд с маслом	7-11 лет	12 лет и старше	12,91	3,16	0,40	19,32	106,40
		30/5	30/5					
ТК№2 рец№629/2к3	Чай с сахаром и лимон	200/15/7	200/15/7	5,00	0,30	0,00	6,70	27,90
№ блнод по сбор. рецепту	Наименование	Выход (г)	Выход (г)	Цена	Химический состав			Энергетич еская ценность (ккал)
		7-11 лет	12 лет и старше		Белки (г)	Жиры (г)	Угле- воды(г)	
ТК№1 рец№257	Каша молочная с м. слив (с хлебными отрубями)	200/19	200/10	30,17	8,60	12,80	34,20	285,80
ТТК№1	Блин с вареном молоком п/ф	60	60	25,32	3,50	7,50	36,00	230,00
Уд качества	Хлеб пшеничный в/с	2/30	2/30	6,50	3,68	1,28	25,12	128,52
ТК№12 рец№642/3	Каша на молоке	200	200	15,10	4,60	4,40	12,50	107,20
	Итого БЖУ				23,84	26,38	133,84	885,82
	Итого сумма			95,00				

День №13

№ билла по сбор. рецепту	Наименование	Выход (г)	Выход (г)	Цена	Химический состав			Энергетическая ценность (ккал)
		7-11 лет	12 лет и старше		Белки (г)	Жиры (г)	Угле-воды(г)	
Тк№21 рец.№3 сб2007г	Бутиерброд с маслом	7-11 лет	12 лет и старше	12,91	3,16	0,40	19,32	106,40
		30/5	30/5					
Тк№2 рец.№629/2ч3	Чай с сахаром и лимонот	209/15/7	200/15/7	5,00	0,30	0,00	6,70	27,90

№ билла по сбор. рецепту	Наименование	Выход (г)	Выход (г)	Цена	Химический состав				Энергетическая ценность (ккал)
		7-11 лет	12 лет и старше		Белки (г)	Жиры (г)	Угле-воды(г)		
ТТК №3	Колбаса Английская ш/ф (куриная)	7-11 лет	12 лет и старше	35,79	12,00	30,00	14,00	378,00	
		100	100						
Тк№14 рец.№255	Мясоролы отварные	189	180	11,29	5,30	5,56	32,70	202,00	
Тк№15 рец.№528/3	Соевые основные красилье	68	68	18,69	3,30	2,70	8,90	73,10	
Уд.научствя	Хлеб пшеничный м/с	2/39	2/39	6,58	3,68	1,28	25,12	128,52	
Тк№3 рец.№629/2ч3	Чай с сахаром и лимонот	209/15/7	200/15/7	5,00	0,30	0,00	6,70	27,90	
	Итого БЖУ				28,04	39,89	113,44	935,82	
	Итого сумма			95,00					

Лист №14

№ билета по сбор. рецепту	Наименование	Выход (г)		Цена	Химический состав				Энергетическая ценность (ккал)
		7-11 лет	12 лет и старше		Белки (г)	Жиры (г)	Угле-воды(г)	Энергетич еская ценность (ккал)	
Т.№21 рец.№3 с62007г	Бутерброд с маслом	7-11 лет	12 лет и старше	12,91	3,16	0,40	19,32	106,40	
		30/5	30/5						
Т.№2 рец.№629/2из3	Чай с сахаром и лимон	7-11 лет	12 лет и старше	5,00	0,30	0,00	6,70	27,90	
		209/15/7	200/15/7						
№ билета по сбор. рецепту	Наименование	Выход (г)	Выход (г)	Цена	Химический состав				Энергетическая ценность (ккал)
		7-11 лет	12 лет и старше		Белки (г)	Жиры (г)	Угле-воды(г)	Энергетич еская ценность (ккал)	
Т.№20 рец.№257	Каша молочная с м. слив. (пшеница)	7-11 лет	12 лет и старше	30,17	8,30	11,70	37,50	288,00	
		209/15	260/10						
Т.К.№1	Каша с вар.студ. молоком п/ф	7-11 лет	12 лет и старше	28,32	3,50	7,50	36,00	230,00	
		50	60						
Уч.нагрузка	Хлеб пшеничный в/с	7-11 лет	12 лет и старше	6,50	3,68	1,28	25,12	128,52	
		2/30	2/30						
Т.К.№12 рец.№642/3	Картофельное пюре	7-11 лет	12 лет и старше	15,10	4,60	4,40	12,50	107,20	
		209	200						
	Итого БЖУ								
	Итого сумма			95,00	23,54	25,28	137,14	888,02	

День №15

№ билета по сбору пенситу	Наименование	Выход (г)		Цена	Химический состав			Энергетич еская ценность (ккал)
		7-11 лет	12 лет и старше		Белки (г)	Жиры (г)	Угле- воды(г)	
Тс№21 рец.№3 с02007г	Вутерброд с маслом	30/5	30/5	12,91	3,16	0,40	19,32	106,40
		200/15/7	200/15/7	5,00	0,30	0,00	6,70	27,90
Тс№2 рец.№629/7ч3	Чай с сахаром и лимонном							
№ билета по сбору пенситу	Наименование	Выход (г)		Цена	Химический состав			Энергетич еская ценность (ккал)
		7-11 лет	12 лет и старше		Белки (г)	Жиры (г)	Угле- воды(г)	
Тс№11 рец.№769	Печень вод-ст.р.ановский	80/55	80/55	40,89	13,4	14,00	5,30	200,50
		180	180	24,70	8,20	6,90	35,90	238,90
Тс№9 рец.№255	Гречка отварная рассыпчатая	180	180	24,70	8,20	6,90	35,90	238,90
Уд. №счеты	Хлеб пшеничный в/с	7/30	2/30	6,50	3,68	1,28	25,12	128,52
		200/15/7	200/15/7	5,00	0,30	0,00	6,70	27,90
Тс№2 рец.№629/7ч3	Чай с сахаром и лимонном							
	Итого БЖУ				29,04	22,58	99,04	730,12
	Итого сумма			95,00				

ТЕХНОЛОГ :



Кувшинова А.С.