

Согласован
ГКОУ ККК имени К.И. Недорубова
Директор Иван С.В.



Handwritten signature

Четырнадцатидневное меню
Государственного казенного общеобразовательного учреждения "Казачий кадетский корпус имени Героя Советского Союза К.И. Недорубова"

11-14 ЛЕГ

4 Вариант

Продукты питания - наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ №96	15	0,12	10,88	0,20	99,15	96	2004
СЫР ПОРЦИЯ №97	15	3,48	4,43	0,00	54,60	97	2004
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ №358	250/50	51,90	32,88	56,62	740,26	358	2004
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №685	200	0,19	0,05	14,56	58,05	685	2004
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,53	0,70	33,81	164,50	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	600	61,22	48,94	105,19	1 116,56		
II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ №707	200	1,00	0,20	20,20	86,00	707	2004
ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ №738	120	7,67	6,83	48,11	285,07	738	2004
Итого за прием пищи:	320	8,67	7,03	68,31	371,07		
Обед							
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	150	1,20	0,15	3,75	21,00	ТТК № 4	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ №124	250	2,68	3,72	9,55	83,14	124	2004
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ №499	120	32,21	27,02	16,39	438,94	499	2004
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №297	186	5,56	5,57	39,67	231,27	297	2004
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ №348	200	1,01	0,06	24,41	103,06	348	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	6,32	0,80	38,64	188,00	ТТК № 6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	70	4,27	0,84	27,93	137,90	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	1056	53,25	38,16	160,34	1 203,31		
Полдник							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (БАНАН) №338	300	4,50	1,50	63,00	288,00	338	2011
Итого за прием пищи:	300	4,50	1,50	63,00	288,00		
Ужин							
ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ	150	1,65	0,30	5,70	36,00	ТТК № 27	
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ №466	105/50	15,84	18,01	11,17	272,12	466	2004
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ №224	230	4,42	23,03	20,66	309,63	224	2004
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ №639	200	0,55	0,09	30,84	127,54	639	2004
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,53	0,70	33,81	164,50	ТТК № 6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,05	0,60	19,95	98,50	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	855	31,04	42,73	122,13	1 008,29		
Ужин 2							
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (СНЕЖОК)	200	5,40	5,00	21,60	158,00	698	2004
БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ №770	120	8,07	15,20	67,55	439,62	770	2004
Итого за прием пищи:	320	13,47	20,20	89,15	597,62		
Всего за день:		172,15	158,56	608,12	4 584,85		

Зав. производством *Handwritten signature*

Согласован
ГКОУ ККК имени К.И.Недурובה
Директор Исаков С.В.



Утверждено
И.И. Батракина С.В.

Четырнадцатидневное меню
Государственного казенного общеобразовательного учреждения "Казачий кадетский корпус имени героя Советского Союза К.И. Недурובה"

15-18 ЛЕТ

4 Вариант

Целем порция, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ №96	20	0,16	14,50	0,26	132,20	96	2004
СЫР ПОРЦИЯ №97	25	5,80	7,38	0,00	91,00	97	2004
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ №358	280/50	57,71	36,33	60,19	809,97	358	2004
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №685	200	0,19	0,05	14,56	58,05	685	2004
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,53	0,70	33,81	164,50	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	645	69,39	58,96	108,82	1 255,72		
II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ №707	200	1,00	0,20	20,20	86,00	707	2004
ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ №738	120	7,67	6,83	48,11	285,07	738	2004
Итого за прием пищи:	320	8,67	7,03	68,31	371,07		
Обед							
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	150	1,20	0,15	3,75	21,00	ТТК № 4	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ №124	300	3,22	4,46	11,46	99,76	124	2004
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ №499	150	40,26	33,77	20,49	548,67	499	2004
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №297	250	7,47	7,49	53,33	310,82	297	2004
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ №348	200	1,01	0,06	24,41	103,06	348	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	7,90	1,00	48,30	235,00	ТТК № 6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	80	4,88	0,96	31,92	157,60	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	1230	65,94	47,89	193,66	1 475,91		
Полдник							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (БАНАН) №338	350	5,25	1,75	73,50	336,00	338	2011
Итого за прием пищи:	350	5,25	1,75	73,50	336,00		
Ужин							
ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ	150	1,65	0,30	5,70	36,00	ТТК № 27	
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ №466	120/50	18,11	20,62	12,79	311,46	466	2004
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ №224	250	4,80	24,91	22,46	335,46	224	2004
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ №639	200	0,55	0,09	30,84	127,54	639	2004
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	90	7,11	0,90	43,47	211,50	ТТК № 6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	70	4,27	0,84	27,93	137,90	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	930	36,49	47,66	143,19	1 159,86		
Ужин 2							
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (СНЕЖОК)	200	5,40	5,00	21,60	158,00	698	2004
БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ №770	120	8,07	15,20	67,55	439,62	770	2004
Итого за прием пищи:	320	13,47	20,20	89,15	597,62		
Всего за день:		199,21	183,49	676,63	5 196,18		

Зав. производством

Handwritten signature