Согласовано
ГКОУ ККК имени К.И. Недорубова
И.о. директора И.А. Клочков

Утверждаю
ИП Батракова О.В.

Четырнадцатидневное меню

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

11-14 ЛЕТ

1 Вариант

Прием пищи, 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	20	4,64	5,90	0,00	72,80	97	2004
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ №340	250	38,35	47,48	5,02	600,78	340	2004
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №697	200	5,63	4,85	9,31	104,76	697	2004
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,53	0,70	33,81	164,50	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	**555**	**54,27**	**69,81**	**48,34**	**1 041,99**		
II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ №707	200	1,00	0,20	20,20	86,00	707	2004
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ 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 СОЛЕНЫЙ	150	1,20	0,15	3,75	21,00	ТТК № 4	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) на курином бульоне №139	250	6,54	4,05	19,61	141,42	139	2004
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ №374	120/50	23,36	6,16	5,65	172,81	374	2004
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №125	230	4,46	8,40	35,77	236,96	125	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ №639	200	0,55	0,09	30,84	127,54	639	2004
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:	**1150**	**46,70**	**20,49**	**162,19**	**1 025,63**		
Полдник							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	300	1,16	1,16	28,52	136,77	338	2011
Итого за прием пищи:	**300**	**1,16**	**1,16**	**28,52**	**136,77**		
Ужин							
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	1,90	8,90	7,70	119,00	ТТК № 11	
ПТИЦА ОТВАРНАЯ №487	120	53,17	37,98	0,38	556,26	487	2004
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ №224	230	4,42	23,03	20,66	309,63	224	2004
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200/15/7	0,25	0,06	14,76	60,30	686	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:	**792**	**68,32**	**71,27**	**97,26**	**1 308,19**		
Ужин 2							
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (СНЕЖОК)	200	5,40	5,00	21,60	158,00	698	2004
ПЛЮШКА (СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ) №766	120	9,72	5,76	69,52	369,23	766	2004
Итого за прием пищи:	**320**	**15,12**	**10,76**	**91,12**	**527,23**		
Всего за день:		**194,24**	**180,52**	**495,74**	**4 410,58**		

Зав.производством

Согласовано
ГКОУ ККК имени К.И. Недорубова
И.о. директора И.А. Клочков

Утверждаю
ИП Батрикова О.В.

Четырнадцатидневное меню

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

11-14 ЛЕТ

2 Вариант

Прием пищи, 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	20	4,64	5,90	0,00	72,80	97	2004
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №160	250	5,24	4,87	20,19	146,26	160	2004
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200	2,02	1,26	25,51	121,63	692	2004
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,53	0,70	33,81	164,50	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	**555**	**17,55**	**23,61**	**79,71**	**604,34**		
II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ №707	200	1,00	0,20	20,20	86,00	707	2004
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С ЯБЛОКАМИ №738/765	120	6,67	6,23	53,44	297,84	738/765	2004
Итого за прием пищи:	**320**	**7,67**	**6,43**	**73,64**	**383,84**		
Обед							
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	100	3,01	0,19	6,31	38,80	ТТК № 14	
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ОТВАРНОЙ ПТИЦЕЙ №110	250/10	11,43	9,76	14,77	193,65	110	2004
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ №431	106/50	28,33	21,09	11,61	351,87	431	2004
БОБОВЫЕ ОТВАРНЫЕ №514	200	20,72	6,78	43,30	317,30	514	2004
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №348	200	0,45	0,10	27,29	112,57	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:	**1066**	**74,53**	**39,56**	**169,85**	**1 340,09**		
Полдник							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН) №341	300	2,70	0,60	24,30	129,00	341	2011
Итого за прием пищи:	**300**	**2,70**	**0,60**	**24,30**	**129,00**		
Ужин							
ЗАКУСКА ИЗ СЕЛЬДИ С ЛУКОМ И МАСЛОМ №89	100	8,43	16,84	3,68	200,55	89	2004
КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ №499	100	26,84	22,55	13,66	366,07	499	2004
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ №520	230	4,71	7,04	32,56	212,93	520	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	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,05	0,60	19,95	98,50	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	**750**	**48,75**	**47,78**	**118,22**	**1 100,60**		
Ужин 2							
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА) №698	200	5,80	5,00	8,40	108,00	698	2004
БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ №770	120	8,07	15,20	67,55	439,62	770	2004
Итого за прием пищи:	**320**	**13,87**	**20,20**	**75,95**	**547,62**		
Всего за день:		**165,07**	**138,18**	**541,67**	**4 105,49**		

Зав.производством

Согласовано
ГКОУ ККК имени К.И. Недорубова
И.о. директора И.А. Ключков

Утверждаю
ИП Батракова О.В.

Четырнадцатидневное меню

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

11-14 ЛЕТ

3 Вариант

Прием пищи, 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	20	4,64	5,90	0,00	72,80	97	2004
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ №311	250	10,00	15,17	43,53	351,49	311	2004
КАКАО С МОЛОКОМ №693	200	3,39	3,10	23,72	137,34	693	2004
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,53	0,70	33,81	164,50	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	**555**	**23,68**	**35,75**	**101,26**	**825,28**		
II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ №707	200	1,00	0,20	20,20	86,00	707	2004
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ №741	123	15,64	8,20	51,96	346,19	741	2004
Итого за прием пищи:	**323**	**16,64**	**8,40**	**72,16**	**432,19**		
Обед							
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	150	2,29	0,15	13,44	64,17	ТТК № 5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОТВАРНОЙ ПТИЦЕЙ №133	250/10	11,82	8,87	20,35	208,94	133	2004
ГУЛЯШ №437	100/50	29,35	27,39	4,37	381,37	437	2004
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (РОЖКИ) №332	230	8,56	6,35	52,04	300,48	332	2004
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №631	200	0,15	0,15	27,00	110,94	631	2004
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:	**1140**	**62,76**	**44,55**	**183,77**	**1 391,80**		
Полдник							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	300	1,16	1,16	28,52	136,77	338	2011
Итого за прием пищи:	**300**	**1,16**	**1,16**	**28,52**	**136,77**		
Ужин							
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	150	1,20	0,15	3,75	21,00	ТТК № 4	
МЯСО ОТВАРНОЕ №411	120	35,20	30,18	0,70	414,62	411	2004
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ №216	230	4,85	19,46	36,55	342,03	216	2004
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №705	200	0,66	0,27	28,73	132,50	705	2004
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	240	0,93	0,93	22,81	109,42	338	2011
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:	**1060**	**51,42**	**52,29**	**146,30**	**1 282,57**		
Ужин 2							
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР) №698	200	5,80	5,00	8,00	106,00	698	2004
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА (С ИЗЮМОМ) №773	120	9,47	7,11	70,17	383,11	773	2004
Итого за прием пищи:	**320**	**15,27**	**12,11**	**78,17**	**489,11**		
Всего за день:		**170,93**	**154,26**	**610,18**	**4 557,72**		

Зав.производством

Согласовано_____
ГКОУ ККК имени К.И. Недорубова
И.о. директора И.А. Квочков

Утверждаю_____
ИП Батракова О.В.
_____

Четырнадцатидневное меню

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

11-14 ЛЕТ

2 Вариант

Прием пищи, 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 ПЕЧЕНЫЙ 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 СОЛЕНЫЙ	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 РУБЛЕНЫЕ 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 СОЛЕНЫЙ	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 _____

Согласовано
ГКОУ ККК имени К.И. Недорубова
И.о. директора И.А. Клочков

Утверждаю
ИП Батракова О.В.

Четырнадцатидневное меню

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

11-14 ЛЕТ

5 Вариант

Прием пищи, 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
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337	1	7,88	7,14	0,43	97,47	337	2004
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ РИСОВОЙ №161	250	4,09	4,70	18,66	133,79	161	2004
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200	2,02	1,26	25,51	121,63	692	2004
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,53	0,70	33,81	164,50	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	**536**	**19,64**	**24,68**	**78,61**	**616,54**		
II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ №707	200	1,00	0,20	20,20	86,00	707	2004
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С ЯБЛОКАМИ №738/765	120	6,67	6,23	53,44	297,84	738/765	2004
Итого за прием пищи:	**320**	**7,67**	**6,43**	**73,64**	**383,84**		
Обед							
ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ	150	1,65	0,30	5,70	36,00	ТТК № 27	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С ОТВАРНОЙ ПТИЦЕЙ №140	250/10	12,20	8,88	20,93	212,90	140	2004
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ №371	120	22,64	1,29	0,38	104,15	371	2004
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №125	230	4,46	8,40	35,77	236,96	125	2011
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №348	200	0,45	0,10	27,29	112,57	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:	**1110**	**51,99**	**20,61**	**156,64**	**1 028,48**		
Полдник							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН) №341	300	2,70	0,60	24,30	129,00	341	2011
Итого за прием пищи:	**300**	**2,70**	**0,60**	**24,30**	**129,00**		
Ужин							
ЗАКУСКА ИЗ СЕЛЬДИ С ЛУКОМ И МАСЛОМ №89	100	8,43	16,84	3,68	200,55	89	2004
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ №436	250	26,84	26,97	24,03	446,69	436	2004
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200/15/7	0,25	0,06	14,76	60,30	686	2004
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН) №341	240	2,16	0,48	19,44	103,20	341	2011
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:	**932**	**46,26**	**45,65**	**115,67**	**1 073,74**		
Ужин 2							
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА) №698	200	5,80	5,00	8,40	108,00	698	2004
ПЛЮШКА (СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ) №766	120	9,72	5,76	69,52	369,23	766	2004
Итого за прием пищи:	**320**	**15,52**	**10,76**	**77,92**	**477,23**		
Всего за день:		**143,78**	**108,73**	**526,78**	**3 708,83**		

Зав.производством

Согласовано
ГКОУ ККК имени К.И. Недорубова
И.о. директора И.А. Клочков

Утверждаю
ИП Батракова О.В.

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

Четырнадцатидневное меню

11-14 ЛЕТ

6 Вариант

Прием пищи, 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	20	4,64	5,90	0,00	72,80	97	2004
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ №340	250	38,35	47,48	5,02	600,78	340	2004
КАКАО С МОЛОКОМ №693	200	3,39	3,10	23,72	137,34	693	2004
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,53	0,70	33,81	164,50	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	**555**	**52,03**	**68,06**	**62,75**	**1 074,57**		
II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ №707	200	1,00	0,20	20,20	86,00	707	2004
ПЕЧЕНЬЕ	100	7,50	9,80	74,40	417,00	582	2021
Итого за прием пищи:	**300**	**8,50**	**10,00**	**94,60**	**503,00**		
Обед							
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	1,90	8,90	7,70	119,00	ТТК № 11	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОТВАРНОЙ ПТИЦЕЙ №133	250/10	11,82	8,87	20,35	208,94	133	2004
ТЕФТЕЛИ 2-Й ВАРИАНТ №462	105/50	15,67	33,37	19,48	442,33	462	2004
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ №520	230	4,71	7,04	32,56	212,93	520	2004
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №631	200	0,16	0,16	27,04	111,12	631	2004
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:	**1095**	**44,85**	**59,98**	**173,70**	**1 420,22**		
Полдник							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	300	1,16	1,16	28,52	136,77	338	2011
Итого за прием пищи:	**300**	**1,16**	**1,16**	**28,52**	**136,77**		
Ужин							
ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ	150	1,65	0,30	5,70	36,00	ТТК № 27	
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №492	240	45,71	42,23	43,64	738,41	492	2004
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ №636	200	0,44	0,10	32,97	136,96	636	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:	**710**	**56,38**	**43,93**	**136,07**	**1 174,37**		
Ужин 2							
ЙОГУРТ	200	5,60	5,00	9,02	113,02	698	2004
ПЕЧЕНЬЕ	100	7,50	9,80	74,40	417,00	582	2021
КОНФЕТЫ	70	1,89	0,00	57,61	238,00	ТТК № 474	
Итого за прием пищи:	**370**	**14,99**	**14,80**	**141,03**	**768,02**		
Всего за день:		**177,91**	**197,93**	**636,67**	**5 076,95**		

Зав.производством

Согласовано
ГКОУ ККК имени К.И. Недорубова
И.о. директора И.А. Ключкин

Утверждаю
ИП Батракова О.В.

Четырнадцатидневное меню

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

11-14 ЛЕТ

7 Вариант

Прием пищи, 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	20	4,64	5,90	0,00	72,80	97	2004
КАША МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ ЖИДКАЯ №311	250	10,33	16,41	40,21	350,49	311	2004
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №697	200	5,63	4,85	9,31	104,76	697	2004
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,53	0,70	33,81	164,50	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	**555**	**26,25**	**38,74**	**83,53**	**791,70**		
II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ №707	200	1,00	0,20	20,20	86,00	707	2004
ПЕЧЕНЬЕ	100	7,50	9,80	74,40	417,00	582	2021
Итого за прием пищи:	**300**	**8,50**	**10,00**	**94,60**	**503,00**		
Обед							
ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ	150	1,65	0,30	5,70	36,00	ТТК № 27	
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ С ОТВАРНОЙ ПТИЦЕЙ №116	250/10	12,28	9,95	20,57	222,51	79	2008
ЧАХОХБИЛИ №491	150	32,86	30,39	9,51	444,46	491	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	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:	**1140**	**62,35**	**65,40**	**153,85**	**1 466,04**		
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							
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	150	1,20	0,15	3,75	21,00	ТТК № 4	
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С БЕЛОКАЧАНОЙ КАПУСТОЙ №455	120	15,18	18,33	16,06	290,68	455	2004
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (РОЖКИ) №332	230	8,56	6,35	52,04	300,48	332	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	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,05	0,60	19,95	98,50	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	**820**	**33,71**	**26,18**	**140,17**	**933,21**		
Ужин 2							
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (СНЕЖОК)	200	5,40	5,00	21,60	158,00	698	2004
ПЕЧЕНЬЕ	100	7,50	9,80	74,40	417,00	582	2021
КОНФЕТЫ	70	1,89	0,00	57,61	238,00	ТТК № 474	
Итого за прием пищи:	**370**	**14,79**	**14,80**	**153,61**	**813,00**		
Всего за день:		**150,10**	**156,62**	**688,76**	**4 794,95**		

Зав.производством

Согласовано
ГКОУ ККК имени К.И. Недорубова
И.о. директора И.А. Клочков

Утверждаю
ИП Батракова О.В.

Четырнадцатидневное меню

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

11-14 ЛЕТ

8 Вариант

Прием пищи, 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
КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ №311	250	8,63	9,71	44,92	302,53	311	2004
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛЮМ №2	15/5/20	1,31	3,78	20,31	118,30	2	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:	**575**	**15,78**	**25,12**	**113,80**	**742,53**		
II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ №707	200	1,00	0,20	20,20	86,00	707	2004
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ №741	123	15,64	8,20	51,96	346,19	741	2004
Итого за прием пищи:	**323**	**16,64**	**8,40**	**72,16**	**432,19**		
Обед							
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	150	1,20	0,15	3,75	21,00	ТТК № 4	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ №139	250	5,90	4,45	19,91	150,33	139	2004
ГУЛЯШ №437	100/50	29,35	27,39	4,37	381,37	437	2004
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №297	200	11,23	7,50	50,76	315,04	297	2004
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №348	200	0,45	0,10	27,29	112,57	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:	**1100**	**58,72**	**41,23**	**172,65**	**1 306,21**		
Полдник							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	300	1,16	1,16	28,52	136,77	338	2011
Итого за прием пищи:	**300**	**1,16**	**1,16**	**28,52**	**136,77**		
Ужин							
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	150	2,29	0,15	13,44	64,17	ТТК № 5	
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ №478	250	20,00	28,90	42,32	509,87	478	2004
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №705	200	0,66	0,27	28,73	132,50	705	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:	**720**	**31,53**	**30,62**	**138,25**	**969,54**		
Ужин 2							
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР) №698	200	5,80	5,00	8,00	106,00	698	2004
ПЛЮШКА (СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ) №766	120	9,72	5,76	69,52	369,23	766	2004
Итого за прием пищи:	**320**	**15,52**	**10,76**	**77,52**	**475,23**		
Всего за день:		**139,35**	**117,29**	**602,90**	**4 062,47**		

Зав.производством _____

Согласовано
ГКОУ ККК имени К.И. Недорубова
И.о. директора И.А. Клочков

Утверждаю
ИП Батракова О.В.

Четырнадцатидневное меню

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

11-14 ЛЕТ

9 Вариант

Прием пищи, 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
КАКАО С МОЛОКОМ №693	200	3,39	3,10	23,72	137,34	693	2004
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,53	0,70	33,81	164,50	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	**600**	**64,42**	**51,99**	**114,35**	**1 195,85**		
II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ №707	200	1,00	0,20	20,20	86,00	707	2004
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ 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 СОЛЕНЫЙ	150	1,20	0,15	3,75	21,00	ТТК № 4	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ОТВАРНОЙ ПТИЦЕЙ №124	250/10	11,18	9,79	9,55	171,84	124	2004
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ №374	120/50	23,36	6,16	5,65	172,81	374	2004
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №125	230	4,46	8,40	35,77	236,96	125	2011
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ №636	200	0,44	0,10	32,97	136,96	636	2004
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:	**1160**	**51,23**	**26,24**	**154,26**	**1 065,47**		
Полдник							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН) №341	300	2,70	0,60	24,30	129,00	341	2011
Итого за прием пищи:	**300**	**2,70**	**0,60**	**24,30**	**129,00**		
Ужин							
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	1,90	8,90	7,70	119,00	ТТК № 11	
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ №466	105/50	15,84	18,02	11,18	272,13	466	2004
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ №302	185	4,95	4,75	30,64	185,27	302	2004
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200/15/7	0,25	0,06	14,76	60,30	686	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:	**782**	**31,52**	**33,03**	**118,04**	**899,70**		
Ужин 2							
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА) №698	200	5,80	5,00	8,40	108,00	698	2004
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ №769	120	8,89	13,98	74,05	457,93	769	2004
Итого за прием пищи:	**320**	**14,69**	**18,98**	**82,45**	**565,93**		
Всего за день:		**173,23**	**137,87**	**561,71**	**4 227,02**		

Зав.производством

Согласовано
ГКОУ ККК имени К.И. Недорубова
И.о. директора И.А. Ключков

Утверждаю
ИП Батракова О.В.

Двенадцатидневное меню

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

11-14 ЛЕТ

10 Вариант

Прием пищи, 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
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337	1	7,88	7,14	0,43	97,47	337	2004
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ №311	250	10,00	15,17	43,53	351,49	311	2004
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №697	200	5,63	4,85	9,31	104,76	697	2004
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,53	0,70	33,81	164,50	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	**536**	**29,16**	**38,74**	**87,28**	**817,37**		
II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ №707	200	1,00	0,20	20,20	86,00	707	2004
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С ЯБЛОКАМИ №738/765	120	6,67	6,23	53,44	297,84	738/765	2004
Итого за прием пищи:	**320**	**7,67**	**6,43**	**73,64**	**383,84**		
Обед							
ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ	150	1,65	0,30	5,70	36,00	ТТК № 27	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ №139	250	5,90	4,45	19,91	150,33	139	2004
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ №436	250	26,84	26,97	24,03	446,69	436	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:	**1000**	**45,99**	**33,42**	**140,62**	**1 061,98**		
Полдник							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	300	1,16	1,16	28,52	136,77	338	2011
Итого за прием пищи:	**300**	**1,16**	**1,16**	**28,52**	**136,77**		
Ужин							
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	150	1,20	0,15	3,75	21,00	ТТК № 4	
КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ №499	100	26,84	22,55	13,66	366,07	499	2004
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №297	230	12,92	8,64	58,36	362,38	297	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:	**800**	**50,09**	**32,73**	**160,37**	**1 139,99**		
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:		**147,54**	**132,68**	**579,58**	**4 137,57**		

Зав.производством

Согласовано
ГКОУ ККК имени К.И. Недорубова
И.о. директора И.А. Ключков

Утверждаю
ИП Батракова О.В.

Четырнадцатидневное меню

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

11-14 ЛЕТ

11 Вариант

Прием пищи, 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	20	4,64	5,90	0,00	72,80	97	2004
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ РИСОВОЙ №161	250	4,08	4,70	18,55	133,31	161	2004
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200	2,02	1,26	25,51	121,63	692	2004
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,53	0,70	33,81	164,50	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	**555**	**16,39**	**23,44**	**78,07**	**591,39**		
II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ №707	200	1,00	0,20	20,20	86,00	707	2004
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ №741	123	15,64	8,20	51,96	346,19	741	2004
Итого за прием пищи:	**323**	**16,64**	**8,40**	**72,16**	**432,19**		
Обед							
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	100	3,01	0,19	6,31	38,80	ТТК № 14	
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ №132	250/10	5,27	8,11	17,61	172,18	132	2004
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ №245К	120	22,56	5,96	4,93	164,08	245К	2016
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ №216	230	4,85	19,46	36,55	342,03	216	2004
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №348	200	0,45	0,10	27,29	112,57	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:	**1060**	**46,73**	**35,46**	**159,26**	**1 155,56**		
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							
ЗАКУСКА ИЗ СЕЛЬДИ С ЛУКОМ И МАСЛОМ №89	100	8,43	16,84	3,68	200,55	89	2004
ТЕФТЕЛИ 2-Й ВАРИАНТ №462	105/50	15,67	33,37	19,48	442,33	462	2004
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (РОЖКИ) №332	230	8,56	6,35	52,04	300,48	332	2004
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ №699	200	0,12	0,01	23,63	97,37	699	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:	**805**	**41,36**	**57,87**	**152,59**	**1 303,73**		
Ужин 2							
ЙОГУРТ	200	5,60	5,00	9,02	113,02	698	2004
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ №769	120	8,89	13,98	74,05	457,93	769	2004
Итого за прием пищи:	**320**	**14,49**	**18,98**	**83,07**	**570,95**		
Всего за день:		**140,11**	**145,65**	**608,15**	**4 341,82**		

Зав.производством

Согласовано
ГКОУ ККК имени К.И. Недорубова
И.о. директора И.А. Клоков

Утверждаю
ИП Батракова О.В.

Четырнадцатидневное меню

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

11-14 ЛЕТ

12 Вариант

Прием пищи, 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
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ №366	250/50	48,67	34,19	68,30	785,41	366	2004
КАКАО С МОЛОКОМ №693	200	3,39	3,10	23,72	137,34	693	2004
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,53	0,70	33,81	164,50	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	**600**	**61,19**	**53,30**	**126,03**	**1 241,00**		
II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ №707	200	1,00	0,20	20,20	86,00	707	2004
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ 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							
ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ	150	1,65	0,30	5,70	36,00	ТТК № 27	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (РИСОВАЯ) НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ №138	250	2,97	2,70	17,92	108,16	138	2004
ЧАХОХБИЛИ №491	150	32,86	30,39	9,51	444,46	491	2004
БОБОВЫЕ ОТВАРНЫЕ №514	185	19,14	6,25	40,01	293,06	514	2004
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №705	200	0,66	0,27	28,73	132,50	705	2004
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:	**1085**	**67,87**	**41,55**	**168,44**	**1 340,08**		
Полдник							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	300	1,16	1,16	28,52	136,77	338	2011
Итого за прием пищи:	**300**	**1,16**	**1,16**	**28,52**	**136,77**		
Ужин							
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	150	1,20	0,15	3,75	21,00	ТТК № 4	
ПЛОВ №443	210	24,07	24,54	37,56	467,87	443	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	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,05	0,60	19,95	98,50	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	**680**	**34,04**	**26,04**	**109,63**	**809,92**		
Ужин 2							
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР) №698	200	5,80	5,00	8,00	106,00	698	2004
ПЛЮШКА (СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ) №766	120	9,72	5,76	69,52	369,23	766	2004
Итого за прием пищи:	**320**	**15,52**	**10,76**	**77,52**	**475,23**		
Всего за день:		**188,45**	**139,84**	**578,45**	**4 374,07**		

Зав.производством

Согласовано_____
ГКОУ ККК имени К.И. Недорубова
И.о. директора И.А. Клоков

Утверждаю_____
ИП Битракова О.В.
_____

Четырнадцатидневное меню

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

11-14 ЛЕТ

13 Вариант

Прием пищи, 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	20	4,64	5,90	0,00	72,80	97	2004
КАША МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ ЖИДКАЯ №311	250	10,33	16,41	40,21	350,49	311	2004
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №697	200	5,63	4,85	9,31	104,76	697	2004
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,53	0,70	33,81	164,50	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	**555**	**26,25**	**38,74**	**83,53**	**791,70**		
II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ №707	200	1,00	0,20	20,20	86,00	707	2004
ПЕЧЕНЬЕ	100	7,50	9,80	74,40	417,00	582	2021
Итого за прием пищи:	**300**	**8,50**	**10,00**	**94,60**	**503,00**		
Обед							
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	150	1,20	0,15	3,75	21,00	ТТК № 4	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С ОТВАРНОЙ ПТИЦЕЙ №140	250/10	11,52	9,29	21,24	222,29	140	2004
КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ №499	120	32,21	27,02	16,39	438,94	499	2004
КАПУСТА ТУШЕНАЯ №214	230	5,92	6,72	24,96	187,93	214	2004
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ №639	200	0,55	0,09	30,84	127,54	639	2004
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:	**1110**	**61,99**	**44,91**	**163,75**	**1 323,60**		
Полдник							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН) №341	300	2,70	0,60	24,30	129,00	341	2011
Итого за прием пищи:	**300**	**2,70**	**0,60**	**24,30**	**129,00**		
Ужин							
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	150	2,29	0,15	13,44	64,17	ТТК № 5	
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ №466	105/50	15,84	18,02	11,18	272,13	466	2004
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ №520	230	4,71	7,04	32,56	212,93	520	2004
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200/15/7	0,25	0,06	14,76	60,30	686	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:	**877**	**31,67**	**26,57**	**125,70**	**872,53**		
Ужин 2							
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА) №698	200	5,80	5,00	8,40	108,00	698	2004
ПЕЧЕНЬЕ	100	7,50	9,80	74,40	417,00	582	2021
КОНФЕТЫ	70	1,89	0,00	57,61	238,00	ТТК № 474	
Итого за прием пищи:	**370**	**15,19**	**14,80**	**140,41**	**763,00**		
Всего за день:		**146,30**	**135,62**	**632,29**	**4 382,83**		

Зав.производством _____

Согласовано
ГКОУ ККК имени К.И. Недорубова
И.о. директора И.А. Ключков

Утверждаю
ИП Батракова О.В.

Четырнадцатидневное меню

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

11-14 ЛЕТ

14 Вариант

Прием пищи, 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	20	4,64	5,90	0,00	72,80	97	2004
КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ №311	250	8,63	9,71	44,92	302,53	311	2004
ЧАЙ С МОЛОКОМ №378	200	1,42	1,31	16,54	82,42	378	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,53	0,70	33,81	164,50	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	**555**	**20,34**	**28,50**	**95,47**	**721,40**		
II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ №707	200	1,00	0,20	20,20	86,00	707	2004
ПЕЧЕНЬЕ	100	7,50	9,80	74,40	417,00	582	2021
Итого за прием пищи:	**300**	**8,50**	**10,00**	**94,60**	**503,00**		
Обед							
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	150	2,29	0,15	13,44	64,17	ТТК № 5	
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ОТВАРНОЙ ПТИЦЕЙ №110	250/10	11,43	9,76	14,77	193,65	110	2004
ТЕФТЕЛИ 2-Й ВАРИАНТ №462	105/50	15,67	33,37	19,48	442,33	462	2004
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (РОЖКИ) №332	230	8,56	6,35	52,04	300,48	332	2004
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №631	200	0,15	0,15	27,00	110,94	631	2004
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:	**1145**	**48,69**	**51,42**	**193,30**	**1 437,47**		
Полдник							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	300	1,16	1,16	28,52	136,77	338	2011
Итого за прием пищи:	**300**	**1,16**	**1,16**	**28,52**	**136,77**		
Ужин							
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	150	1,20	0,15	3,75	21,00	ТТК № 4	
АЗУ №438	250	21,14	25,56	23,78	410,57	438	2004
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ №348	200	1,01	0,06	24,41	103,06	348	2011
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,05	0,60	19,95	98,50	ТТК № 7	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,53	0,70	33,81	164,50	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	**720**	**31,93**	**27,07**	**105,70**	**797,63**		
Ужин 2							
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (СНЕЖОК)	200	5,40	5,00	21,60	158,00	698	2004
ПЕЧЕНЬЕ	100	7,50	9,80	74,40	417,00	582	2021
КОНФЕТЫ	70	1,89	0,00	57,61	238,00	ТТК № 474	
Итого за прием пищи:	**370**	**14,79**	**14,80**	**153,61**	**813,00**		
Всего за день:		**125,41**	**132,95**	**671,20**	**4 409,27**		

Зав.производством