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"

15-18 ЛЕТ

1 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая 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
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:	**565**	**55,47**	**74,91**	**48,40**	**1 093,24**		
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	300	7,85	4,86	23,54	169,74	139	2004
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ №374	150/50	29,00	6,47	5,65	198,33	374	2004
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №125	250	4,84	9,11	38,88	257,37	125	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ №639	200	0,55	0,09	30,84	127,54	639	2004
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:	**1280**	**56,22**	**22,64**	**182,88**	**1 166,58**		
Полдник							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	350	1,36	1,36	33,27	159,57	338	2011
Итого за прием пищи:	**350**	**1,36**	**1,36**	**33,27**	**159,57**		
Ужин							
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	120	2,28	10,68	9,24	142,80	ТТК № 11	
ПТИЦА ОТВАРНАЯ №487	150	66,47	47,48	0,48	695,33	487	2004
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ №224	250	4,80	24,91	22,46	335,46	224	2004
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200/15/7	0,25	0,06	14,76	60,30	686	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:	**902**	**85,18**	**84,87**	**118,34**	**1 583,29**		
Ужин 2							
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (СНЕЖОК)	200	5,40	5,00	21,60	158,02	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**	**527,25**		
Всего за день:		**222,02**	**201,57**	**542,32**	**4 901,00**		

Зав.производством _____

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

Утверждаю
ИП Батракова О.В.

Четырнадцатидневное меню

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

15-18 ЛЕТ

2 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	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
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:	**565**	**18,75**	**28,71**	**79,77**	**655,59**		
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	120	3,61	0,23	7,57	46,56	ТТК № 14	
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ОТВАРНОЙ ПТИЦЕЙ №110	300/10	12,02	10,50	17,78	214,87	110	2004
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ №431	120/50	31,92	21,83	12,68	377,37	431	2004
БОБОВЫЕ ОТВАРНЫЕ №514	200	20,70	6,78	43,25	317,01	514	2004
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №348	200	0,45	0,10	27,29	112,57	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:	**1180**	**81,48**	**41,40**	**188,79**	**1 460,98**		
Полдник							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН) №341	350	3,15	0,70	28,35	150,50	341	2011
Итого за прием пищи:	**350**	**3,15**	**0,70**	**28,35**	**150,50**		
Ужин							
ЗАКУСКА ИЗ СЕЛЬДИ С ЛУКОМ И МАСЛОМ №89	150	12,65	25,28	5,58	301,13	89	2004
КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ №499	120	32,21	27,02	16,39	438,94	499	2004
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ №520	250	5,14	7,63	35,45	231,57	520	2004
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №685	200	0,19	0,05	14,56	58,05	685	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:	**880**	**61,57**	**61,72**	**143,38**	**1 379,09**		
Ужин 2							
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА) №698	200	5,80	5,00	8,40	108,02	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**	**547,64**		
Всего за день:		**186,49**	**159,16**	**589,88**	**4 577,64**		

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"

15-18 ЛЕТ

3 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая 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
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:	**565**	**24,88**	**40,85**	**101,32**	**876,53**		
II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ №707	200	1,00	0,20	20,20	86,00	707	2004
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ №741	140	17,79	9,36	59,07	394,00	741	2004
Итого за прием пищи:	**340**	**18,79**	**9,56**	**79,27**	**480,00**		
Обед							
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	150	2,29	0,15	13,44	64,17	ТТК № 5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОТВАРНОЙ ПТИЦЕЙ №133	300/10	12,48	9,46	24,42	233,25	133	2004
ГУЛЯШ №437	120/50	35,05	32,29	4,37	448,19	437	2004
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (РОЖКИ) №332	250	9,31	6,88	56,56	326,36	332	2004
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №631	200	0,15	0,15	27,00	110,94	631	2004
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:	**1260**	**72,06**	**50,89**	**206,01**	**1 575,51**		
Полдник							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	350	1,36	1,36	33,27	159,57	338	2011
Итого за прием пищи:	**350**	**1,36**	**1,36**	**33,27**	**159,57**		
Ужин							
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	150	1,20	0,15	3,75	21,00	ТТК № 4	
МЯСО ОТВАРНОЕ №411	150	44,00	37,73	0,88	518,27	411	2004
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ №216	250	5,27	21,19	39,71	371,97	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	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:	**1150**	**63,44**	**62,01**	**167,28**	**1 502,56**		
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:		**195,80**	**176,78**	**665,32**	**5 083,28**		

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"

15-18 ЛЕТ

4 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая 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 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	300	3,22	4,46	11,46	99,76	124	2004
КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ 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 СОЛЕНЫЙ	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

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"

15-18 ЛЕТ

5 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая 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	300/10	12,94	9,47	25,13	238,04	140	2004
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ №371	150	28,29	1,61	0,48	130,12	371	2004
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №125	250	4,84	9,11	38,88	257,37	125	2011
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №348	200	0,45	0,10	27,29	112,57	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:	**1240**	**60,95**	**22,55**	**177,70**	**1 166,70**		
Полдник							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН) №341	350	3,15	0,70	28,35	150,50	341	2011
Итого за прием пищи:	**350**	**3,15**	**0,70**	**28,35**	**150,50**		
Ужин							
ЗАКУСКА ИЗ СЕЛЬДИ С ЛУКОМ И МАСЛОМ №89	150	12,65	25,28	5,58	301,13	89	2004
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ №436	280	30,06	30,25	26,93	500,70	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	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:	**1052**	**56,50**	**57,81**	**138,11**	**1 314,73**		
Ужин 2							
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА) №698	200	5,80	5,00	8,40	108,02	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**	**477,25**		
Всего за день:		**163,43**	**122,93**	**574,33**	**4 109,56**		

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"

15-18 ЛЕТ

6 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая 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
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:	**565**	**53,23**	**73,16**	**62,81**	**1 125,82**		
II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ №707	200	1,00	0,20	20,20	86,00	707	2004
ПЕЧЕНЬЕ	130	9,75	12,74	96,72	542,10	582	2021
Итого за прием пищи:	**330**	**10,75**	**12,94**	**116,92**	**628,10**		
Обед							
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	1,90	8,90	7,70	119,00	ТТК № 11	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОТВАРНОЙ ПТИЦЕЙ №133	300/10	12,48	9,46	24,42	233,25	133	2004
ТЕФТЕЛИ 2-Й ВАРИАНТ №462	120/50	17,66	35,55	21,65	478,67	462	2004
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ №520	250	5,14	7,63	35,45	231,57	520	2004
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №631	200	0,16	0,16	27,04	111,12	631	2004
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:	**1210**	**50,12**	**63,66**	**196,48**	**1 566,21**		
Полдник							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	350	1,36	1,36	33,27	159,57	338	2011
Итого за прием пищи:	**350**	**1,36**	**1,36**	**33,27**	**159,57**		
Ужин							
ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ	150	1,65	0,30	5,70	36,00	ТТК № 27	
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №492	280	53,33	49,28	50,89	861,43	492	2004
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ №636	200	0,44	0,10	32,97	136,96	636	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:	**790**	**66,80**	**51,42**	**160,96**	**1 383,79**		
Ужин 2							
ЙОГУРТ	200	5,60	5,00	9,02	113,02	698	2004
КОНФЕТЫ	70	1,89	0,00	57,61	238,00	ТТК № 474	
ПЕЧЕНЬЕ	130	9,75	12,74	96,72	542,10	582	2021
Итого за прием пищи:	**400**	**17,24**	**17,74**	**163,35**	**893,12**		
Всего за день:		**199,50**	**220,28**	**733,79**	**5 756,61**		

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"

15-18 ЛЕТ

7 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецен-туры	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
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:	**565**	**27,45**	**43,84**	**83,59**	**842,95**		
II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ №707	200	1,00	0,20	20,20	86,00	707	2004
ПЕЧЕНЬЕ	130	9,75	12,74	96,72	542,10	582	2021
Итого за прием пищи:	**330**	**10,75**	**12,94**	**116,92**	**628,10**		
Обед							
ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ	150	1,65	0,30	5,70	36,00	ТТК № 27	
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ С ОТВАРНОЙ ПТИЦЕЙ №116	300/10	13,04	10,73	24,73	249,48	79	2008
ЧАХОХБИЛИ №491	150	32,86	30,39	9,51	444,46	491	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	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:	**1240**	**65,68**	**68,38**	**173,46**	**1 585,54**		
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							
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	250	9,31	6,95	56,56	327,00	332	2004
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №685	200	0,19	0,05	14,56	58,05	685	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:	**880**	**37,26**	**27,22**	**162,33**	**1 046,13**		
Ужин 2							
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (СНЕЖОК)	200	5,40	5,00	21,60	158,00	698	2004
ПЕЧЕНЬЕ	130	9,75	12,74	96,72	542,10	582	2021
КОНФЕТЫ	70	1,89	0,00	57,61	238,00	ТТК № 474	
Итого за прием пищи:	**400**	**17,04**	**17,74**	**175,93**	**938,10**		
Всего за день:		**163,43**	**171,87**	**785,73**	**5 376,82**		

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"

15-18 ЛЕТ

8 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ №96	20	0,16	14,50	0,26	132,20	96	2004
КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ №311	250	8,63	9,71	44,92	302,53	311	2004
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ №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:	**580**	**15,82**	**28,74**	**113,86**	**775,58**		
II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ №707	200	1,00	0,20	20,20	86,00	707	2004
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ №741	140	17,79	9,36	59,07	394,00	741	2004
Итого за прием пищи:	**340**	**18,79**	**9,56**	**79,27**	**480,00**		
Обед							
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	150	1,20	0,15	3,75	21,00	ТТК № 4	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ №139	300	7,08	5,34	23,90	180,42	139	2004
ГУЛЯШ №437	120/50	35,21	32,86	5,25	457,64	437	2004
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №297	250	14,04	9,36	63,46	393,72	297	2004
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №348	200	0,45	0,10	27,29	112,57	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:	**1250**	**70,76**	**49,77**	**203,87**	**1 557,95**		
Полдник							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	350	1,36	1,36	33,27	159,57	338	2011
Итого за прием пищи:	**350**	**1,36**	**1,36**	**33,27**	**159,57**		
Ужин							
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	150	2,29	0,15	13,44	64,17	ТТК № 5	
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ №478	280	22,40	32,41	47,38	571,36	478	2004
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №705	200	0,66	0,27	28,73	132,50	705	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:	**790**	**36,73**	**34,57**	**160,95**	**1 117,43**		
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:		**158,98**	**134,76**	**668,74**	**4 565,76**		

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"

15-18 ЛЕТ

9 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая 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
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:	**645**	**72,59**	**62,01**	**117,98**	**1 335,01**		
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	300/10	11,71	10,54	11,46	188,46	124	2004
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ №374	150/50	29,00	6,47	5,65	198,33	374	2004
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №125	250	4,84	9,11	38,88	257,37	125	2011
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ №636	200	0,44	0,10	32,97	136,96	636	2004
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:	**1290**	**59,97**	**28,33**	**172,93**	**1 194,72**		
Полдник							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН) №341	350	3,15	0,70	28,35	150,50	341	2011
Итого за прием пищи:	**350**	**3,15**	**0,70**	**28,35**	**150,50**		
Ужин							
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	150	2,85	13,35	11,55	178,50	ТТК № 11	
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ №466	120/50	18,11	20,62	12,79	311,46	466	2004
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ №302	250	6,69	6,42	41,36	250,11	302	2004
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200/15/7	0,25	0,06	14,76	60,30	686	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:	**952**	**39,28**	**42,19**	**151,86**	**1 149,77**		
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:		**198,35**	**159,24**	**621,88**	**4 767,00**		

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"

15-18 ЛЕТ

10 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая 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
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:	**541**	**29,20**	**42,36**	**87,34**	**850,42**		
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	300	7,08	5,34	23,90	180,42	139	2004
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ №436	280	30,06	30,25	26,93	500,70	436	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:	**1110**	**52,58**	**37,91**	**161,16**	**1 212,78**		
Полдник							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	350	1,36	1,36	33,27	159,57	338	2011
Итого за прием пищи:	**350**	**1,36**	**1,36**	**33,27**	**159,57**		
Ужин							
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	150	1,20	0,15	3,75	21,00	ТТК № 4	
КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ №499	120	32,21	27,02	16,39	438,94	499	2004
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №297	250	14,03	9,43	63,41	394,06	297	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:	**880**	**59,37**	**38,43**	**185,79**	**1 330,94**		
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:		**163,65**	**146,69**	**630,35**	**4 535,17**		

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"

15-18 ЛЕТ

11 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая 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
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:	**565**	**17,59**	**28,54**	**78,13**	**642,64**		
II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ №707	200	1,00	0,20	20,20	86,00	707	2004
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ №741	140	17,79	9,36	59,07	394,00	741	2004
Итого за прием пищи:	**340**	**18,79**	**9,56**	**79,27**	**480,00**		
Обед							
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	120	3,61	0,23	7,57	46,56	ТТК № 14	
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ №132	300/10	5,81	9,29	21,18	200,75	132	2004
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ №245К	150	28,20	7,46	6,16	205,10	245К	2016
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ №216	250	5,27	21,19	39,71	371,97	216	2004
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №348	200	0,45	0,10	27,29	112,57	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:	**1210**	**56,12**	**40,23**	**182,13**	**1 329,55**		
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							
ЗАКУСКА ИЗ СЕЛЬДИ С ЛУКОМ И МАСЛОМ №89	150	12,65	25,28	5,58	301,13	89	2004
ТЕФТЕЛИ 2-Й ВАРИАНТ №462	120/50	17,66	35,55	21,65	478,67	462	2004
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (РОЖКИ) №332	250	9,31	6,88	56,56	326,36	332	2004
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ №699	200	0,12	0,01	23,63	97,37	699	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**	**51,12**	**69,46**	**178,82**	**1 552,93**		
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:		**163,36**	**168,52**	**674,92**	**4 912,07**		

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"

15-18 ЛЕТ

12 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая 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
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ №366	280/50	54,09	37,76	73,37	860,66	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:	**645**	**68,97**	**63,44**	**131,16**	**1 385,70**		
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	300	3,56	3,26	21,55	130,23	138	2004
ЧАХОХБИЛИ №491	150	32,86	30,39	9,51	444,46	491	2004
БОБОВЫЕ ОТВАРНЫЕ №514	250	25,86	8,47	54,06	396,19	514	2004
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №705	200	0,66	0,27	28,73	132,50	705	2004
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**	**77,37**	**44,65**	**199,77**	**1 531,98**		
Полдник							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	350	1,36	1,36	33,27	159,57	338	2011
Итого за прием пищи:	**350**	**1,36**	**1,36**	**33,27**	**159,57**		
Ужин							
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	150	1,20	0,15	3,75	21,00	ТТК № 4	
ПЛОВ №443	250	28,66	29,19	44,73	556,87	443	2004
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №685	200	0,19	0,05	14,56	58,05	685	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:	**760**	**41,43**	**31,13**	**134,44**	**985,32**		
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:		**213,32**	**158,37**	**644,47**	**4 908,87**		

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"

15-18 ЛЕТ

13 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая 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
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:	**565**	**27,45**	**43,84**	**83,59**	**842,95**		
II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ №707	200	1,00	0,20	20,20	86,00	707	2004
ПЕЧЕНЬЕ	130	9,75	12,74	96,72	542,10	582	2021
Итого за прием пищи:	**330**	**10,75**	**12,94**	**116,92**	**628,10**		
Обед							
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	150	1,20	0,15	3,75	21,00	ТТК № 4	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С ОТВАРНОЙ ПТИЦЕЙ №140	300/10	12,13	9,97	25,50	249,32	140	2004
КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ №499	150	40,26	33,77	20,49	548,67	499	2004
КАПУСТА ТУШЕНАЯ №214	250	6,43	7,31	27,15	204,38	214	2004
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ №639	200	0,55	0,09	30,84	127,54	639	2004
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:	**1240**	**73,35**	**53,25**	**187,95**	**1 543,51**		
Полдник							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН) №341	350	3,15	0,70	28,35	150,50	341	2011
Итого за прием пищи:	**350**	**3,15**	**0,70**	**28,35**	**150,50**		
Ужин							
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	150	2,29	0,15	13,44	64,17	ТТК № 5	
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ №466	120/50	18,11	20,62	12,79	311,46	466	2004
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ №520	250	5,14	7,63	35,45	231,57	520	2004
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200/15/7	0,25	0,06	14,76	60,30	686	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:	**952**	**37,17**	**30,20**	**147,84**	**1 016,90**		
Ужин 2							
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА) №698	200	5,80	5,00	8,40	108,02	698	2004
ПЕЧЕНЬЕ	130	9,75	12,74	96,72	542,10	582	2021
КОНФЕТЫ	70	1,89	0,00	57,61	238,00	ТТК № 474	
Итого за прием пищи:	**400**	**17,44**	**17,74**	**162,73**	**888,12**		
Всего за день:		**169,31**	**158,67**	**727,38**	**5 070,08**		

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"

15-18 ЛЕТ

14 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая 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
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:	**565**	**21,54**	**33,60**	**95,53**	**772,65**		
II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ №707	200	1,00	0,20	20,20	86,00	707	2004
ПЕЧЕНЬЕ	140	10,50	13,72	104,16	583,80	582	2021
Итого за прием пищи:	**340**	**11,50**	**13,92**	**124,36**	**669,80**		
Обед							
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	150	2,29	0,15	13,44	64,17	ТТК № 5	
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ОТВАРНОЙ ПТИЦЕЙ №110	300/10	12,02	10,50	17,78	214,87	110	2004
ТЕФТЕЛИ 2-Й ВАРИАНТ №462	120/50	17,66	35,55	21,65	478,67	462	2004
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (РОЖКИ) №332	250	9,31	6,88	56,56	326,36	332	2004
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №631	200	0,15	0,15	27,00	110,94	631	2004
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:	**1260**	**54,21**	**55,19**	**216,65**	**1 587,61**		
Полдник							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	350	1,36	1,36	33,27	159,57	338	2011
Итого за прием пищи:	**350**	**1,36**	**1,36**	**33,27**	**159,57**		
Ужин							
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	150	1,20	0,15	3,75	21,00	ТТК № 4	
АЗУ №438	280	23,69	28,64	26,65	460,01	438	2004
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ №348	200	1,01	0,06	24,41	103,06	348	2011
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	70	4,27	0,84	27,93	137,90	ТТК № 7	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	90	7,11	0,90	43,47	211,50	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	**790**	**37,28**	**30,59**	**126,21**	**933,47**		
Ужин 2							
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (СНЕЖОК)	200	5,40	5,00	21,60	158,00	698	2004
ПЕЧЕНЬЕ	140	10,50	13,72	104,16	583,80	582	2021
КОНФЕТЫ	70	1,89	0,00	57,61	238,00	ТТК № 474	
Итого за прием пищи:	**410**	**17,79**	**18,72**	**183,37**	**979,80**		
Всего за день:		**143,68**	**153,38**	**779,39**	**5 102,90**		

Зав.производством