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

Утверждаю_____
ИП Батракова О.В.
_____

Десятидневное 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	10	0,08	7,25	0,13	66,10	96	2004
СЫР ПОРЦИЯ №97	20	4,64	5,90	0,00	72,80	97	2004
КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ №311	200	5,78	6,25	34,31	217,34	311	2004
КАКАО С МОЛОКОМ №693	200	3,39	3,10	23,72	137,34	693	2004
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,95	0,50	24,15	117,50	ТТК № 6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,05	0,60	19,95	98,50	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	**530**	**20,89**	**23,60**	**102,26**	**709,58**		

Зав.производством _____

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

Утверждаю_____
ИП Батракова О.В.
_____

Десятидневное 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	10	0,08	7,25	0,13	66,10	96	2004
ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ	70	0,75	0,07	1,09	10,86	ТТК № 27	
КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ №499	100	26,84	22,55	13,66	366,07	499	2004
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ №302	150	4,08	4,53	23,41	150,87	302	2004
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200	2,02	1,26	25,51	121,63	692	2004
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,95	0,50	24,15	117,50	ТТК № 6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,05	0,60	19,95	98,50	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	**630**	**40,77**	**36,76**	**107,90**	**931,53**		

Зав.производством _____

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

Утверждаю_____
ИП Батракова О.В.
_____

Десятидневное 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							
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ №374	90/50	17,77	5,84	5,65	147,51	374	2004
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ №520	200	4,11	6,13	28,34	185,44	520	2004
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ №96	10	0,08	7,25	0,13	66,10	96	2004
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ №348	200	1,01	0,06	29,26	122,41	348	2015
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	120	0,48	0,48	11,76	56,40	338	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,95	0,50	24,15	117,50	ТТК № 6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,05	0,60	19,95	98,50	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	**770**	**30,45**	**20,86**	**119,24**	**793,86**		

Зав.производством _____

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

Утверждаю_____
ИП Батракова О.В.
_____

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

11-14 ЛЕТ

_____

4 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	10	0,08	7,25	0,13	66,10	96	2004
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ №366	170/20	31,18	23,37	28,85	457,32	366	2004
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №631	200	0,15	0,15	27,00	110,94	631	2004
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,95	0,50	24,15	117,50	ТТК № 6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,05	0,60	19,95	98,50	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	**500**	**38,41**	**31,87**	**100,08**	**850,36**		

Зав.производством _____

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

Утверждаю_____
ИП Батракова О.В.
_____

Десятидневное 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							
МАКАРОНЫ С СЫРОМ №333	148/20/10	10,24	13,56	34,69	303,53	333	2004
ЧАЙ С ПОВИДЛОМ №685	200	0,31	0,05	18,95	72,75	685	2004
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ №96	10	0,08	7,25	0,13	66,10	96	2004
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,95	0,50	24,15	117,50	ТТК № 6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,05	0,60	19,95	98,50	ТТК № 7	
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН) №341	200	1,80	0,40	16,20	86,00	341	2011
Итого за прием пищи:	**688**	**19,43**	**22,36**	**114,07**	**744,38**		

Зав.производством _____

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

Утверждаю_____
ИП Батракова О.В.
_____

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

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							
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	80	0,62	0,08	1,32	10,09	ТТК № 4	
ЧАХОХБИЛИ №491	125	27,38	25,30	7,93	370,19	491	2004
РИС ОТВАРНОЙ №511	168	4,20	5,58	43,88	242,56	511	2004
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ №692	200	2,02	1,26	25,51	121,63	692	2004
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ №96	10	0,08	7,25	0,13	66,10	96	2004
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,95	0,50	24,15	117,50	ТТК № 6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,05	0,60	19,95	98,50	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	**683**	**41,30**	**40,57**	**122,87**	**1 026,57**		

Зав.производством _____

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

Утверждаю_____
ИП Батракова О.В.
_____

Десятидневное 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							
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	93	0,72	0,09	1,53	11,73	ТТК № 4	
ГУЛЯШ №437	90/50	26,82	25,21	4,37	351,76	437	2004
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №297	160	8,99	6,00	40,61	252,03	297	2004
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №705	200	0,66	0,27	28,73	132,50	705	2004
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ №96	10	0,08	7,25	0,13	66,10	96	2004
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,95	0,50	24,15	117,50	ТТК № 6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,05	0,60	19,95	98,50	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	**703**	**44,27**	**39,92**	**119,47**	**1 030,12**		

Зав.производством _____

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

Утверждаю_____
ИП Батракова О.В.
_____

Десятидневное 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							
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	1,90	8,90	7,70	119,00	ТТК № 11	
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ №436	200	21,47	21,53	19,21	356,87	436	2004
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №647	200	0,10	0,00	28,19	110,42	647	2004
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ №96	10	0,08	7,25	0,13	66,10	96	2004
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,95	0,50	24,15	117,50	ТТК № 6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,05	0,60	19,95	98,50	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	**610**	**30,55**	**38,78**	**99,33**	**868,39**		

Зав.производством _____

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

Утверждаю
ИП Батракова О.В.

Десятидневное 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							
ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ	90	0,96	0,09	1,40	13,97	ТТК № 27	
ПЛОВ №443	195	22,34	22,78	34,85	434,29	443	2004
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ №639	200	0,55	0,09	30,84	127,54	639	2004
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ №96	10	0,08	7,25	0,13	66,10	96	2004
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	120	0,48	0,48	11,76	56,40	338	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,95	0,50	24,15	117,50	ТТК № 6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,05	0,60	19,95	98,50	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	**715**	**31,41**	**31,79**	**123,08**	**914,30**		

Зав.производством _____

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

Утверждаю
ИП Батракова О.В.

Десятидневное 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							
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	95	1,45	0,10	8,51	40,62	ТТК № 5	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ №96	10	0,08	7,25	0,13	66,10	96	2004
ТЕФТЕЛИ 2-Й ВАРИАНТ №462	90/50	13,52	29,72	16,05	387,22	462	2004
КАПУСТА ТУШЕНАЯ №214	160	4,12	4,65	17,46	130,95	214	2004
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200/15/7	0,25	0,06	14,76	60,30	686	2004
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,95	0,50	24,15	117,50	ТТК № 6	
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,05	0,60	19,95	98,50	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	**727**	**26,42**	**42,88**	**101,01**	**901,19**		

Зав.производством