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