



**М Е Н Ю**

с использованием интенсивного охлаждения с последующим восстановлением  
 в столовых общеобразовательных школ РТ (cook & chill)  
 с 11 по 16 октября 2021г.

**2 неделя (ОКТАБРЬ)**

№ Сб.рец	Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>							
	Горячее бесплатное питание младшие						
	Плоды свежие (яблоки)						
№ 338/2015г		120		0,48	0,48	11,76	56
№ 52/2015г	Салат из свеклы отварной с маслом растительным	60		0,85	4,43	5,01	56
Акт 2020г	Фрикадельки мясные в томатном соусе	50/40		11,20	11,99	7,58	179
№ 303/2015г	Каша гречневая вязкая	150		3,50	3,03	26,20	144
ТТК 2021г	Чай с сахаром, лимоном	200/5		0,05	0,01	8,14	34
	Хлеб ржано-пшеничный	20		1,00	0,20	9,00	44
	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	71
	<b>Итого:</b>		<b>53,41</b>	<b>19,36</b>	<b>20,38</b>	<b>82,45</b>	<b>584</b>
<b>ВТОРНИК</b>							
	Горячее бесплатное питание младшие						
№ 84/2013 г	Салат Пестрый (свекла, яблоки, сахар, м/р)	60		0,66	3,10	4,17	46
ТТК	Гуляш из птицы (грудки куриные)	50/50		9,41	9,10	3,40	121
№ 304/2015 г	Рис отварной	150		3,83	5,43	32,01	209
№ 362/2004	Какао с молоком	200		2,97	2,10	24,17	125
	Хлеб ржано-пшеничный	20		1,00	0,20	9,00	44
	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	71
	<b>Итого:</b>		<b>53,41</b>	<b>20,15</b>	<b>20,17</b>	<b>87,51</b>	<b>616</b>
<b>СРЕДА</b>							
	Горячее бесплатное питание младшие						
	Плоды свежие (яблоки)						
№ 338/2015г		120		0,48	0,48	11,76	56
№ 45/2015г	Салат из белокачанной капусты	60		0,93	3,05	5,64	54
ТТК 2021г	Биточки рыбные из фарша минтая (п/ф)	90		12,20	10,17	8,42	156
№ 312/2015г	Картофельное пюре	150		3,28	4,65	22,02	146
ТТК 2021г	Чай с сахаром	200		0,01	0,00	8,00	32
	Хлеб ржано-пшеничный	20		1,00	0,20	9,00	44
	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	71
	<b>Итого:</b>		<b>53,41</b>	<b>20,18</b>	<b>18,79</b>	<b>79,60</b>	<b>559</b>
<b>ЧЕТВЕРГ</b>							
	Горячее бесплатное питание младшие						
№ 23/2015г	Салат Витаминный (капуста, морковь, яблоки, сахар, м/р)	60		0,79	3,10	6,71	59
№ 259/2015г	Жаркое по-домашнему из говядины	50/150		16,20	17,13	41,09	351
ТТК 2021г	Чай с сахаром, лимоном	200/5		0,05	0,01	8,14	34
	Хлеб ржано-пшеничный	20		1,00	0,20	9,00	44
	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	71
	<b>Итого:</b>		<b>53,41</b>	<b>20,32</b>	<b>20,68</b>	<b>79,70</b>	<b>559</b>
<b>ПЯТНИЦА</b>							
	Горячее бесплатное питание младшие						
	Плоды свежие (яблоки)						
№ 338/2015г		120		0,48	0,48	11,76	56
№ 71/2015г	Салат из моркови (морковь, сахар, м/р)	60		0,63	5,04	9,34	84
ТТК 2020г	Грудка куриная в томатном соусе	60/30		11,08	10,26	2,18	142,7
№ 303/2015г	Каша перловая рассыпчатая	150		4,54	4,33	32,45	187
ТТК 2021г	Чай с сахаром	200				8,00	32
	Хлеб ржано-пшеничный	20		1,00	0,20	9,00	44
	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	71
	<b>Итого:</b>		<b>53,41</b>	<b>20,01</b>	<b>20,55</b>	<b>87,49</b>	<b>616,6</b>
<b>СУББОТА</b>							
	Горячее бесплатное питание младшие						
№ 21/2015г	Салат из соленых огурцов с луком	60		0,41	3,06	1,56	37
ТТК 2015г	Пельмени "Для Умников и Умниц" отварные с маслом	180/5		16,51	16,88	41,61	397
№ 48/2004г	Кисель	200				13,10	53
	Хлеб ржано-пшеничный	20		1,00	0,20	9,00	44
	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	71
	<b>Итого:</b>		<b>53,41</b>	<b>20,20</b>	<b>20,38</b>	<b>80,03</b>	<b>602</b>

Начальник отдела по организации питания:  
 Зав. производством:  
 Калькулятор: