

## ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

МЕНЮ  
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

Категория: Школьники 1-4 классы

№ рецептуры	Наименование блюда	Цена блюда	Выход блюда, гр	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	В1, мг.	С, мг.	А, мг.	Е, мг.	Са, мг.	Р, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.
				Б	Ж	У									
<b>День 1 (16 октября 2024г.)</b>															
№374, сб. шк. 2004г.	Горбуша, тушенная в томате с овощами		80/40	18,56	9,28	3,76	173,00	0,17	2,02			24,15	120,1	33,33	0,78
№297, сб. шк. 2004г.	Каша рисовая рассыпчатая		150/5	3,58	3,92	36,80	200,00	0,03	0			4,56		24,9	0,52
№685, сб. шк. 2004г.	Чай с сахаром		200	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0			0,26		0	0,03
Дели принт №1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>66,76</b>	<b>26,47</b>	<b>14,40</b>	<b>76,96</b>	<b>545,00</b>	<b>0,29</b>	<b>2,02</b>	<b>0</b>	<b>1,02</b>	<b>44,87</b>	<b>197,8</b>	<b>79,53</b>	<b>3,01</b>
<b>День 2 (17 октября 2024г.)</b>															
№451, сб. шк. 2004г.	Котлеты из мяса говядины с том. соусом		80/30	16,20	14,50	13,90	252,00	0,07	0,29			34,65		28,56	1,48
№332, сб. шк. 2004г.	Макаронные изделия отварные		150/5	5,50	3,92	32,83	192,00	0,06	0			9,43	57,01	7,56	0,78
№639(3), сб. шк. 2004г.	Компот из смеси сухофруктов		200	0,50	0,10	31,20	121,00	0,07	0,21	0,29	14,62	8,5	0,92	8,5	0,92
Дели принт №1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>66,76</b>	<b>26,43</b>	<b>19,72</b>	<b>105,23</b>	<b>702,00</b>	<b>0,29</b>	<b>0,5</b>	<b>0,29</b>	<b>15,64</b>	<b>68,48</b>	<b>135,6</b>	<b>65,92</b>	<b>4,86</b>
<b>День 3 (18 октября 2024г.)</b>															
ТТК №19555	Яйцо вареное		50	6,30	5,30	0,50	78,00	0,033		75		25	86	5	0,6
сб. шк. 2004г таб. 24	Сыр порциями		30	8,04	7,56	0,00	100,00	0,01	0,21	86,4	0,15	264	150	10,5	0,3
№311, сб. шк. 2004г.	Каша молочная "Дружба" с маслом		150/10	4,62	6,36	24,60	175,00	0,08	0,4			93,65		27,28	0,59
№686, сб. шк. 2004г.	Чай с лимоном и сахаром		200	0,10	0,00	9,30	37,00	0	1,12			2,73		0,73	0,06
Дели принт №1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>66,76</b>	<b>23,29</b>	<b>20,42</b>	<b>61,70</b>	<b>527,00</b>	<b>0,213</b>	<b>1,73</b>	<b>161,4</b>	<b>1,17</b>	<b>401,3</b>	<b>313,7</b>	<b>64,79</b>	<b>3,23</b>
<b>День 4 (19 октября 2024г.)</b>															
№1033 Дели 2015	Пельмени мясные отварные с бульоном		180/70	27,90	14,40	53,50	441,00	0,18	0,9	36	2,52	41,6	286	35,1	3,96
№123, орг. лит. шк.	Компот из компотной смеси (быст. замор.)		200	0,21	0,04	18,01	73,00	0,07	16,8	0,21	0,014	14,62	1,54	8,5	0,92
Дели принт №1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>66,76</b>	<b>32,34</b>	<b>15,64</b>	<b>98,81</b>	<b>651,00</b>	<b>0,34</b>	<b>17,7</b>	<b>36,21</b>	<b>3,554</b>	<b>72,12</b>	<b>365,2</b>	<b>64,9</b>	<b>6,56</b>
<b>День 5 (21 октября 2024г.)</b>															
ТТК	Печенье сахарное		60	4,50	7,20	44,60	259,00	0,05	0	6,6	2,1	17,4	54	12	1,26
№311, сб. шк. 2004г.	Каша пшеничная молочная с маслом		200/10	7,28	8,08	35,44	237,00	0,14	0,51	0,47		131	170,6	35,48	1,79
№686, сб. шк. 2004г.	Чай с лимоном и сахаром		200	0,10	0,00	9,30	37,00	0	1,12			2,73		0,73	0,06
Дели принт №1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>66,76</b>	<b>48,45</b>	<b>32,12</b>	<b>215,45</b>	<b>1321,00</b>	<b>0,62</b>	<b>19,33</b>	<b>43,28</b>	<b>6,674</b>	<b>239,2</b>	<b>667,5</b>	<b>134,4</b>	<b>11,35</b>
<b>День 6 (22 октября 2024 г.)</b>															
№413, сб. шк. 2004г.	Сосиски (халяль) отварные с маслом сливочным		100/5	10,00	21,70	0,80	238,00	0,02	0	0,08	1	22,97	139	13,31	1,61
№332, сб. шк. 2004г.	Макаронные изделия отварные		150/5	5,50	3,92	32,83	192,00	0,06	0			9,43	57,01	7,56	0,78
№639(3), сб. шк. 2004г.	Компот из смеси сухофруктов		200	0,50	0,10	31,20	121,00	0,07	0,21	0,29	14,62	8,5	0,92	8,5	0,92
Дели принт №1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>66,76</b>	<b>20,23</b>	<b>26,92</b>	<b>92,13</b>	<b>688,00</b>	<b>0,24</b>	<b>0,21</b>	<b>0,37</b>	<b>16,64</b>	<b>56,8</b>	<b>274,6</b>	<b>50,67</b>	<b>4,99</b>
<b>День 7 (23 октября 2024 г.)</b>															
№43, сб. шк. 2004г.	Каша гречневая с овощами, мясным фаршем.		200/50	28,10	25,30	38,60	490,00	0,08	0,64	0,088		20,37		54,95	3,67
№705, сб. шк. 2004г.	Напиток из плодов шиповника		200	0,80	0,20	27,00	111,00	0,01	80			11,09		2,96	0,57
Дели принт №1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>66,76</b>	<b>30,93</b>	<b>26,70</b>	<b>92,90</b>	<b>738,00</b>	<b>0,18</b>	<b>80,64</b>	<b>0,09</b>	<b>1,02</b>	<b>47,36</b>	<b>77,70</b>	<b>79,21</b>	<b>5,92</b>
<b>День 8 (24 октября 2024 г.)</b>															
№492, сб. шк. 2004г.	Плов из куриной грудки		250	23,00	29,20	40,20	519,00	0,05	0,76			25,19		47,13	2,1
№685, сб. шк. 2004г.	Чай с сахаром		200	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0			0,26		0	0,03
Дели принт №1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>66,76</b>	<b>27,33</b>	<b>30,40</b>	<b>76,60</b>	<b>691,00</b>	<b>0,14</b>	<b>0,76</b>	<b>0,00</b>	<b>1,02</b>	<b>41,35</b>	<b>77,70</b>	<b>68,43</b>	<b>3,81</b>
<b>День 9 (25 октября 2024 г.)</b>															
ТТК №19555	Яйцо вареное		50	6,30	5,30	0,50	78,00	0,033		75		25	86	5	0,6
сб. шк. 2004г таб. 24	Сыр порциями		30	8,04	7,56	0,00	100,00	0,01	0,21	86,4	0,15	264	150	10,5	0,3
№302, сб. шк. 2004г.	Каша ячневая молочная с маслом		200/10	6,96	8,00	35,76	244,00	0,13	0,49			143,8		33	0,87
№123, орг. лит. шк.	Компот из компотной смеси (быст. замор.)		200	0,21	0,04	18,01	73,00	0,07	16,8	0,21	0,014	14,62	1,54	8,5	0,92
Дели принт №1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>66,76</b>	<b>25,74</b>	<b>22,10</b>	<b>81,57</b>	<b>632,00</b>	<b>0,333</b>	<b>17,5</b>	<b>161,6</b>	<b>1,184</b>	<b>463,3</b>	<b>315,2</b>	<b>78,3</b>	<b>4,37</b>
<b>День 10 (26 октября 2024 г.)</b>															
№451, сб. шк. 2004г.	Котлеты из мяса говядины с том. соусом		80/30	16,20	14,50	13,90	252,00	0,07	0,29			34,65		28,56	1,48
№167, сб. шк. 2004г.	Пюре гороховое		150/5	14,70	5,00	35,00	243,30	0,508	0			82,5	57,01	74,7	4,85
№686, сб. шк. 2004г.	Чай с лимоном и сахаром		200	0,10	0,00	9,30	37,00	0	1,12			2,73		0,73	0,06
Дели принт №1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>66,76</b>	<b>35,23</b>	<b>20,70</b>	<b>85,50</b>	<b>669,30</b>	<b>0,668</b>	<b>1,41</b>	<b>0</b>	<b>1,02</b>	<b>135,8</b>	<b>134,7</b>	<b>125,3</b>	<b>8,07</b>

Зав. Производством:

Калькулятор: