

Дополнительное питание

МЕНЮ
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА



Категория: Школьники 1-4 классы (детям мобилизованных)

№ рецептуры	Наименование блюда	Цена блюда	Выход блюда	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									
День 1 (20 ноября 2023г.)															
№451,сб.шк.20	Котлеты из 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.2004г	Макаронные изделия отварные		150/5	5,50	3,92	32,83	192,00	0,058	0	0,02	0,816	9,43	57	7,558	0,8
№685,сб.шк.20	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0			0,26		0	0,03
Дели принт№1	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 (ржано-пшеничный)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			64,19	26,03	19,62	83,13	616,00	0,218	0,29	0,02	1,836	60,24	135	57,42	3,99
День 2 (21 ноября 2023г.)															
№492,сб.шк.20	Плов из курицы		170/80	23,00	29,20	40,20	519,00	0,05	0,76			25,19		47,13	2,1
№685,сб.шк.20	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0			0,26		0	0,03
Дели принт№1	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 (ржано-пшеничный)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			64,19	27,33	30,40	76,60	691,00	0,14	0,76	0	1,02	41,35	77,7	68,43	3,81
День 3 (22 ноября 2023г.)															
№286,сб.1906г	Омлет смешанный с мясными продук.		150/8	16,50	24,50	2,20	295,00	0,07	0,18			88,16		19,37	2,93
№685,сб.шк.20	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0			0,26		0	0,03
Дели принт№1	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
Де.пр.№1,2011	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		30	2,31	0,42	11,30	60,30	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			64,19	21,16	25,79	37,60	465,30	0,16	0,18	0	1,02	104,32	77,7	40,67	4,64
День 4 (23 ноября 2023г.)															
№461,сб.шк.20	Тестели из говядины с том. соусом		80/30	10,80	16,70	13,40	248,00	0,06	1,17			34,55		24,42	1,1
№297,сб.шк.20	Гарнир гречневый		150/5	8,70	5,70	37,80	240,00	0,26			0,52	14,1		132,9	4,6
№685,сб.шк.20	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0			0,26		0	0,03
Дели принт№1	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 (ржано-пшеничный)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			64,19	23,83	23,60	87,60	660,00	0,41	1,17	0	1,54	64,81	77,7	178,6	7,41
День 5 (24 ноября 2023г.)															
№436,сб.шк.20	Жаркое по-домашнему из курицы		170/80	25,40	25,80	23,00	429,00	0,19	10,65			29,97		61,07	4,65
№685,сб.шк.20	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0			0,26		0	0,03
Дели принт№1	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 (ржано-пшеничный)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			64,19	29,73	27,00	59,40	601,00	0,28	10,65	0	1,02	46,13	77,7	82,37	6,36
День 6 (25 ноября 2023 г.)															
№340,сб.шк.20	Омлет натуральный		150/8	14,60	24,10	2,80	285,00	0,07	0,22			100,23		16,81	2,5
№685,сб.шк.20	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0			0,26		0	0,03
Дели принт№1	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 (ржано-пшеничный)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			64,19	18,93	25,30	39,00	457,00	0,16	0,22	0	1,02	116,39	77,7	38,11	4,21
День 7 (27 ноября 2023г.)															
№451,сб.шк.20	Шницель из 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.2004г	Макаронные изделия отварные		150/5	5,50	3,92	32,83	192,00	0,058	0	0,02	0,816	9,43	57	7,558	0,8
№685,сб.шк.20	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0			0,26		0	0,03
Дели принт№1	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 (ржано-пшеничный)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			64,19	26,03	19,62	83,13	616,00	0,218	0,29	0,02	1,836	60,24	135	57,42	3,99
День 8 (28 ноября 2023г.)															
№492,сб.шк.20	Каша гречневая с овощами, с мясом		150/50	19,00	23,78	31,56	419,00	0,056	0,611	0,088		20,433		37,67	1,71
№685,сб.шк.20	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0			0,26		0	0,03
Дели принт№1	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 (ржано-пшеничный)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			64,19	23,33	24,98	67,96	591,00	0,146	0,611	0,088	1,02	36,593	77,7	58,97	3,42
День 9 (29 ноября 2023г.)															
№366,сб.шк.20	Запеканка из творога со сгущен.молоч.		150/30	26,40	19,00	33,80	408,00	0,07	0,54			266,71		36,72	0,8
№685,сб.шк.20	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0			0,26		0	0,03
Дели принт№1	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 (ржано-пшеничный)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			64,19	30,73	20,20	70,20	580,00	0,16	0,54	0	1,02	282,87	77,7	58,02	2,51
День 10 (30 ноября 2023г.)															
№492,сб.шк.20	Плов из курицы		170/80	23,00	29,20	40,20	519,00	0,05	0,76			25,19		47,13	2,1
№685,сб.шк.20	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0			0,26		0	0,03
Дели принт№1	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 (ржано-пшеничный)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			64,19	27,33	30,40	76,60	691,00	0,14	0,76	0	1,02	41,35	77,7	68,43	3,81

Зав. Производством:

Калькулятор:

МЕНЮ
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

«Утверждаю»
ООО «Благо-В»
Директор
Е.П. Флагонтова

"Согласовано"
МБОУ "ООШ" № 6
Директор
Л.А. Габитова

Категория: 5-11 классы

№ рецептуры	Наименование блюда	Цена блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	В1, мг.	В2, мг.	С, мг.	Са, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.	А, мг.	Е, мг.	Р, мг.
				Б	Ж	У										
День 1 (20 ноября 2023г.)																
№311	Каша молочная "Дружба" с маслом слив.		200/5	7,70	10,60	41,00	291,00	0,14	0,19	0,66	156,08	45,44	0,99	0	0	0
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
№1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0	0,33	19,5
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			35,00	10,05	11,47	65,10	401,00	0,17	0,19	0,66	162,34	49,64	1,35	0	0,33	19,5
День 2 (21 ноября 2023г.)																
№413	Сосиска (халыль) отварная с том. соусом		50/50	4,70	9,90	0,40	110,00	0,01	0,04	0	10,76	6,26	0,75	0	0	0
№297	Гарнир гречневый		180/5	10,40	6,80	45,40	288,00	0,31	0,16	0	16,88	159,54	5,47			
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
ТТК	Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35	0	0,69	58,2
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			35,00	17,18	17,03	67,20	495,00	0,38	0,20	0,00	37,80	182,90	7,60	0,00	0,69	58,20
День 3 (22 ноября 2023г.)																
№451	Котлета из мяса говядины с том. соусом		60/40	16,20	14,50	13,90	252,00	0,07	0,12	0,29	34,65	28,56	1,48			
№107	Пюре гороховое		180/5	17,70	5,80	41,60	292,00	0,061	0,12	0	98,97	89,65	5,83		0	0
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
№1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0	0,33	19,5
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			35,00	36,25	21,17	79,60	654,00	0,16	0,24	0,29	139,88	122,41	7,67	0,00	0,33	19,50
День 4 (23 ноября 2023г.)																
№374	Горбуша, тушеная в томате с овощами		50/50	15,47	7,30	3,13	144,00	0,14	0,11	1,69	20,12	27,8	0,65			
№297	Гарнир рисовый		180/5	4,30	4,70	44,10	240,00	0,04	0,03	0	5,48	29,94	0,62	0	0	0
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
ТТК	Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35	0	0,69	58,2
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			35,00	21,85	12,33	68,63	481,00	0,24	0,14	1,69	35,76	74,84	2,65	0,00	0,69	58,20
День 5 (24 ноября 2023г.)																
№311	Каша пшеничная молочная с маслом		200/5	7,20	8,10	35,40	237,00	0,13	0,18	0,51	131	35,5	1,8	0	0	0
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
№1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0	0,33	19,5
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			35,00	9,55	8,97	59,50	347,00	0,16	0,18	0,51	137,26	39,7	2,16	0	0,33	19,5
День 6 (25 ноября 2023г.)																
№392 Дели	Пельмени мясные отварные с бульоном		150/100	27,90	14,40	53,50	441,00	0,18	0,18	0,9	41,6	35,1	3,96	36	2,52	286
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
ТТК	Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35	0	0,69	58,2
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			35,00	29,98	14,73	74,90	538,00	0,24	0,18	0,9	51,76	52,2	5,34	36	3,21	344,2
День 7 (27 ноября 2023г.)																
№302	Каша ячневая молочная со сливочным маслом		200/5	6,90	8,00	35,80	243,00	0,13	0,17	0,49	143,8	32,99	0,87			
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
№1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0	0,33	19,5
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			35,00	9,25	8,87	59,90	353,00	0,16	0,17	0,49	150,06	37,19	1,23	0	0,33	19,5
День 8 (28 ноября 2023г.)																
№413	Сосиска (халыль) отварная с том. соусом		50/50	4,70	9,90	0,40	110,00	0,01	0,04	0	10,76	6,26	0,75	0	0	0
№332	Макаронные изделия отварные		180/5	6,60	4,70	39,40	230,00	0,07	0,02	0	11,31	9,07	0,92			
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
ТТК	Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35	0	0,69	58,2
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			35,00	13,38	14,93	61,20	437,00	0,14	0,06	0,00	32,23	32,43	3,05	0,00	0,69	58,20
День 9 (29 ноября 2023г.)																
№302	Каша овсяная "Геркулес" молочная со сливочным маслом		200/5	8,00	10,16	34,96	264,00	0,2	0,18	0,5	135	66,2	1,64	0	0	0
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
№1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0	0,33	19,5
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			35,00	10,35	11,03	59,06	374,00	0,23	0,18	0,5	141,26	70,4	2	0	0,33	19,5
День 10 (30 ноября 2023г.)																
№492	Каша гречневая с овощами, с мясом		180/40	14,25	17,84	23,67	314,00	0,042	0,458	0,07		15,324		28,27	1,28	
№297	Гарнир рисовый		180/5	4,30	4,70	44,10	240,00	0,04	0,03	0	5,48	29,94	0,62	0	0	0
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
ТТК	Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35	0	0,69	58,2
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			35,00	20,63	22,87	89,17	651,00	0,14	0,49	0,07	15,64	62,36	2,00	28,27	1,97	58,20

Зав. Производством :
Калькулятор :

(Подпись)

МЕНЮ
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

«Утверждаю»
ООО «Благо-В»
Директор
Е.П. Флегонтова

"Согласовано"
МБОУ "ООШ" № 6
Директор
Л.А. Габитова

Категория 5-11 классы

№ рецептуры	Наименование блюда	Цена блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	В1, мг.	В2, мг.	С, мг.	Са, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.	А, мг.	Е, мг.	Р, мг.
				Б	Ж	У										
День 1 (20 ноября 2023г.)																
№311	Каша молочная "Дружба" с маслом слив.		200/5	7,70	10,60	41,00	291,00	0,14	0,19	0,66	156,08	45,44	0,99	0	0	0
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
№1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0	0,33	19,5
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			35,00	10,05	11,47	65,10	401,00	0,17	0,19	0,66	162,34	49,64	1,35	0	0,33	19,5
День 2 (21 ноября 2023г.)																
№413	Сосиска (халыль) отварная с том. соусом		50/50	4,70	9,90	0,40	110,00	0,01	0,04	0	10,76	6,26	0,75	0	0	0
№297	Гарнир гречневый		180/5	10,40	6,80	45,40	288,00	0,31	0,16	0	16,88	159,54	5,47			
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
ТТК	Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35	0	0,69	58,2
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			35,00	17,18	17,03	67,20	495,00	0,38	0,20	0,00	37,80	182,90	7,60	0,00	0,69	58,20
День 3 (22 ноября 2023г.)																
№451	Котлета из мяса говядины с том. соусом		60/40	16,20	14,50	13,90	252,00	0,07	0,12	0,29	34,65	28,56	1,48			
№107	Пюре гороховое		180/5	17,70	5,80	41,60	292,00	0,061	0,12	0	98,97	89,65	5,83		0	0
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
ТТК	Хлеб ржаной		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0	0,33	19,5
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			35,00	36,25	21,17	79,60	654,00	0,16	0,24	0,29	139,88	122,41	7,67	0,00	0,33	19,50
День 4 (23 ноября 2023г.)																
№374	Горбуша, тушеная в томате с овощами		50/50	15,47	7,30	3,13	144,00	0,14	0,11	1,69	20,12	27,8	0,65			
№297	Гарнир рисовый		180/5	4,30	4,70	44,10	240,00	0,04	0,03	0	5,48	29,94	0,62	0	0	0
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
ТТК	Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35	0	0,69	58,2
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			35,00	21,85	12,33	68,63	481,00	0,24	0,14	1,69	35,76	74,84	2,65	0,00	0,69	58,20
День 5 (24 ноября 2023г.)																
№511	Каша пшеничная молочная с маслом		200/5	7,20	8,10	35,40	237,00	0,13	0,18	0,51	131	35,5	1,8	0	0	0
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
№1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0	0,33	19,5
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			35,00	9,55	8,97	59,50	347,00	0,16	0,18	0,51	137,26	39,7	2,16	0	0,33	19,5
День 6 (25 ноября 2023г.)																
№392	Дели. Пельмени мясные отварные с бульоном		150/100	27,90	14,40	53,50	441,00	0,18	0,18	0,9	41,6	35,1	3,96	36	2,52	286
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
ТТК	Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35	0	0,69	58,2
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			35,00	29,98	14,73	74,90	538,00	0,24	0,18	0,9	51,76	52,2	5,34	36	3,21	344,2
День 7 (27 ноября 2023г.)																
№302	Каша ячневая молочная со сливочным маслом		200/5	6,90	8,00	35,80	243,00	0,13	0,17	0,49	143,8	32,99	0,87			
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
№1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0	0,33	19,5
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			35,00	9,25	8,87	59,90	353,00	0,16	0,17	0,49	150,06	37,19	1,23	0	0,33	19,5
День 8 (28 ноября 2023г.)																
№413	Сосиска (халыль) отварная с том. соусом		50/50	4,70	9,90	0,40	110,00	0,01	0,04	0	10,76	6,26	0,75	0	0	0
№332	Макаронные изделия отварные		180/5	6,60	4,70	39,40	230,00	0,07	0,02	0	11,31	9,07	0,92		0	0
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
ТТК	Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35	0	0,69	58,2
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			35,00	13,38	14,93	61,20	437,00	0,14	0,06	0,00	32,23	32,43	3,05	0,00	0,69	58,20
День 9 (29 ноября 2023г.)																
№302	Каша овсяная "Геркулес" молочная со сливочным маслом		200/5	8,00	10,16	34,96	264,00	0,2	0,18	0,5	135	66,2	1,64	0	0	0
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
№1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0	0,33	19,5
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			35,00	10,35	11,03	59,06	374,00	0,23	0,18	0,5	141,26	70,4	2	0	0,33	19,5
День 10 (30 ноября 2023г.)																
№492	Каша гречневая с овощами, с мясом		180/40	14,25	17,84	23,67	314,00	0,042	0,458	0,07		15,324		28,27	1,28	
№297	Гарнир рисовый		180/5	4,30	4,70	44,10	240,00	0,04	0,03	0	5,48	29,94	0,62	0	0	0
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
ТТК	Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35	0	0,69	58,2
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			35,00	20,63	22,87	89,17	651,00	0,14	0,49	0,07	15,64	62,36	2,00	28,27	1,97	58,20

Зав. Производством :
Калькулятор :

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									
День 1 (20 ноября 2023г.)															
№769,сб.шк.200	Булочка домашняя		80	5,84	9,36	44,32	286,40	0,064	0	0,02	39,35	12,41		7,78	0,66
№311,сб.шк.200	Каша молочная "Дружба" с маслом		150/10	5,60	7,60	29,50	209,00	0,1	0,14	0,47		112,4	171	32,72	0,71
№686,сб.шк.200	Чай с лимоном и сахаром		200/7/10	0,10	0,00	9,30	37,00	0	1,12			2,73		0,73	0,06
Дели принт№1	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 (ржано-пшеничный)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			64,19	15,77	18,16	110,42	669,40	0,254	1,26	0,49	40,37	143,4	248	62,53	3,11
День 2 (21 ноября 2023г.)															
№413,сб.шк.200	Сосиски (халыля) отварные с маслом		100/10	10,00	21,70	0,80	238,00	0,02	0	0,08	1	22,97	139	13,31	1,61
№297,сб.шк.200	Гарнир гречневый		150/5	8,70	5,70	37,80	240,00	0,26			0,52	14,1		132,9	4,6
№638,сб.шк.200	Компот из кураги		200	1,30	0,10	32,40	130,00	0,02	0,4	0,29		39,4	0,92	24,94	0,84
Дели принт№1	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 (ржано-пшеничный)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			64,19	24,23	28,70	98,30	745,00	0,39	0,4	0,37	2,54	92,37	218	192,5	8,73
День 3 (22 ноября 2023г.)															
№451,сб.шк.200	Котлеты из мяса говядины с маслом		100/10	20,60	18,30	17,50	320,00	0,08	0,38			43,35		35,77	1,85
№107,сб.шк.200г.	Пюре гороховое		150/5	14,70	4,80	34,70	243,00	0,5	0			82,5		74,7	4,86
№705,сб.шк.200	Напиток из плодов шиповника		200	0,60	0,20	27,00	111,00	0,01	80			11,09		2,96	0,57
Дели принт№1	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 (ржано-пшеничный)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			64,19	40,13	24,50	106,50	811,00	0,68	80,38	0	1,02	152,8	77,7	134,7	8,96
День 4 (23 ноября 2023г.)															
№374,сб.шк.200	Горбуша, тушенная в томате с овощами		80/40	23,20	11,60	4,70	216,00	0,21	2,53	0,17	4	30,19	120	41,66	0,97
№297,сб.шк.200	Гарнир рисовый		150/5	3,58	3,92	38,80	200,00	0,03	0			4,56		24,9	0,52
№638,сб.шк.200	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№1	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 (ржано-пшеничный)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			64,19	31,51	16,82	100,00	674,00	0,4	2,74	0,46	19,64	59,15	199	96,36	4,09
День 5 (24 ноября 2023г.)															
сб.шк.2004таб.2	Сыр порционные		30	6,96	8,85	0,00	109,20	0,01	0,21	86,4	0,15	264	150	10,5	0,3
ТК№19555	Яйцо вареное		50	6,30	5,30	0,50	78,00	0,033		75		25	86	5	0,6
№311,сб.шк.200	Каша пшеничная молочная с маслом		150/10	5,42	6,08	26,60	178,00	0,1	0,38	0,47		98,25	171	26,62	1,34
№123,орг.лит.ш	Компот из компотной смеси (замор.ягод)		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№1	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 (ржано-пшеничный)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			64,19	23,12	21,47	72,41	575,20	0,303	17,39	162,1	1,184	417,8	486	71,92	4,84
День 6 (25 ноября 2023 г.)															
№1033 Дели20	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
№638,сб.шк.200	Компот из кураги		200	1,30	0,10	32,40	130,00	0,02	0,4	0,29		39,4	0,92	24,94	0,84
Дели принт№1	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 (ржано-пшеничный)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			64,19	33,43	15,70	113,20	708,00	0,29	1,3	36,29	3,54	96,9	365	81,34	6,48
День 7 (27 ноября 2023г.)															
№741сб.шк.2004	Затрудка с теоргом		60	9,60	4,80	31,00	209,00	0,06	0,06			52,5		12,3	0,69
№302,сб.шк.200	Каша ячневая молочная с маслом		150/10	5,22	6,00	26,82	183,00	0,01	0,37			107,8		24,7	0,65
№686,сб.шк.200	Чай с лимоном и сахаром		200/7/10	0,10	0,00	9,30	37,00	0	1,12			2,73		0,73	0,06
Дели принт№1	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 (ржано-пшеничный)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			64,19	19,35	12,00	94,42	566,00	0,16	1,55	0	1,02	179	77,7	59,03	3,08
День 8 (28 ноября 2023г.)															
№413,сб.шк.200	Сосиски (халыля) отварные с маслом		100/10	10,00	21,70	0,80	238,00	0,02	0	0,08	1	22,97	139	13,31	1,61
№532,сб.шк.200г.	Макаронные изделия отварные		150/5	5,50	3,92	32,83	192,00	0,058	0	0,02	0,816	9,43	57	7,558	0,8
№638,сб.шк.200	Компот из свежих фруктов		200	0,20	0,10	17,20	68,00	0,01	1,6	0,21	0,014	6,03	1,54	3,13	0,8
Дели принт№1	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 (ржано-пшеничный)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			64,19	19,93	26,92	78,13	635,00	0,178	1,6	0,31	2,85	54,33	275	45,3	4,89
День 9 (29 ноября 2023г.)															
№462,сб.шк.200	Ежики из говядины с рисом в соусе том.		80/30	9,20	13,00	10,70	197,00	0,03	0,47			11,82	107	17,72	0,76
№520,сб.шк.200	Картофельное пюре		150	3,08	4,90	20,00	138,00	0,12	10,4	0,08	3	35,6		28,4	1,03
№123,орг.лит.ш	Компот из компотной смеси (замор.ягод)		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№1	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 (ржано-пшеничный)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			64,19	16,72	19,14	76,01	545,00	0,31	27,67	0,29	4,034	77,94	187	75,92	4,39
День 10 (30 ноября 2023г.)															
№443,сб.шк.200	Каша гречневая с овощами, мясным фаршем.		150/50	26,10	25,30	38,60	490,00	0,08	0,64	0,088		20,37		54,95	3,67
№297,сб.шк.200	Гарнир рисовый		150/5	3,58	3,92	38,80	200,00	0,03	0			4,56		24,9	0,52
№638,сб.шк.200	Компот из кураги		200	1,30	0,10	32,40	130,00	0,02	0,4	0,29		39,4	0,92	24,94	0,84
Дели принт№1	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 (ржано-пшеничный)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			64,19	35,21	30,52	135,10	957,00	0,22	1,04	0,378	1,02	80,23	78,6	126,1	6,71

Зав. Производством:

Калькулятор:

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА
МЕНЮ

«Утверждено»
ООО «Благо-В»
Директор
Е. П. Флегасова



1 день (20 ноября 2023 г.)		Завтрак	Б	Ж	У	К/К	В1	В2	С	СА	Mg	Fe
769	Булочка домашняя	80	5,84	9,36	44,3	286	0,06	0,03	0	12,4	7,78	0,66
685	Чай сладкий	200	8,80	0,1	0	9,1	35	0	0	0,26	0	0,03

2 день (21 ноября 2023 г.)		Завтрак	Б	Ж	У	К/К	В1	В2	С	СА	Mg	Fe
773	Булочка "Веснушка"	80	6,24	5,76	45,6	261	0,06	0,03	0	13,7	8,29	0,69
685	Чай сладкий	200	8,80	0,1	0	9,1	35	0	0	0,26	0	0,03

3 день (22 ноября 2023 г.)		Завтрак	Б	Ж	У	К/К	В1	В2	С	СА	Mg	Fe
269	Плюшка новомосковская	95	7,41	5,51	48,5	276	0,09	0,04	0,04	22,5	10,5	0,8
685	Чай сладкий	200	8,80	0,1	0	9,1	35	0	0	0,26	0	0,03

4 день (23 ноября 2023 г.)		Завтрак	Б	Ж	У	К/К	В1	В2	С	СА	Mg	Fe
769	Булочка "Завитушка"	80	5,84	9,36	44,3	286	0,06	0,03	0	12,4	7,78	0,66
685	Чай сладкий	200	8,80	0,1	0	9,1	35	0	0	0,26	0	0,03

5 день (24 ноября 2023 г.)		Завтрак	Б	Ж	У	К/К	В1	В2	С	СА	Mg	Fe
85	Булочка сдобная	80	6,24	6,72	41,8	254	0,06	0,06	0,04	21,6	8,46	0,73
685	Чай сладкий	200	8,80	0,1	0	9,1	35	0	0	0,26	0	0,03

6 день (25 ноября 2023 г.)		Завтрак	Б	Ж	У	К/К	В1	В2	С	СА	Mg	Fe
TK	Пряники	70	4,34	7,49	44,7	266	0,05	0,04	0	7,2	6	4,14
685	Чай сладкий	200	8,80	0,1	0	9,1	35	0	0	0,26	0	0,03

7 день (27 ноября 2023 г.)		Завтрак	Б	Ж	У	К/К	В1	В2	С	СА	Mg	Fe
769	Булочка домашняя	80	5,84	9,36	44,3	286	0,06	0,03	0	12,4	7,78	0,66
685	Чай сладкий	200	8,80	0,1	0	9,1	35	0	0	0,26	0	0,03

8 день (28 ноября 2023 г.)		Завтрак	Б	Ж	У	К/К	В1	В2	С	СА	Mg	Fe
746	Пирожок с повидлом	75	4,65	2,32	43,3	212	0,05	0,03	0,06	13,5	7,67	0,83
685	Чай сладкий	200	8,80	0,1	0	9,1	35	0	0	0,26	0	0,03

9 день (29 ноября 2023 г.)		Завтрак	Б	Ж	У	К/К	В1	В2	С	СА	Mg	Fe
773	Булочка "Веснушка"	80	6,24	5,76	45,6	261	0,06	0,03	0	13,7	8,29	0,69
685	Чай сладкий	200	8,80	0,1	0	9,1	35	0	0	0,26	0	0,03

10 день (30 ноября 2023 г.)		Завтрак	Б	Ж	У	К/К	В1	В2	С	СА	Mg	Fe
769	Булочка "Завитушка"	80	5,84	9,36	44,3	286	0,06	0,03	0	12,4	7,78	0,66
685	Чай сладкий	200	8,80	0,1	0	9,1	35	0	0	0,26	0	0,03

Зав. Производством :

Калькулятор: 

«Утверждаю»
 ООО "Благо-В"
 Директор
 Е. П. Флегонтова



«Согласовано»
 МБОУ "ООШ" № 6
 Директор
 Д. А. Габитова

**20 ноября 2023г.**

		Обед	К/к	
1	Суп гороховый с картофелем б/м.	250		199
2	Котлета гов. с том.соусом	50/30		158
3	Макаронные изделия отварные	100/5		128
4	Чай сладкий.	200		35
5	Хлеб пшеничный	30		75
6	Хлеб ржаной	30	50,00	60
				655

21 ноября 2023г.

		Обед	К/к	
1	Щи из св капусты с картофелем б/м	250		91
2	Плов из курицы	110/40		314
3	Чай сладкий.	200		35
4	Хлеб пшеничный	30		75
5	Хлеб ржаной	30	50,00	60
				575

22 ноября 2023г.

		Обед	К/к	
1	Суп вермишелевый с картофелем б/м	250		111
2	Омлет смешанный с мясн.продуктами	100/5		188
3	Чай сладкий.	200		35
4	Хлеб пшеничный	30		75
5	Хлеб ржаной	30	50,00	60
				507

23 ноября 2023г.

		Обед	К/к	
1	Борщ с капустой и картофелем б/м	250		97
2	Тефтели из говядины в соусе том.	60/30		186
3	Гарнир гречневый	100/5		160
4	Чай сладкий.	200		35
5	Хлеб пшеничный	30		75
6	Хлеб ржаной	30	50,00	60
				613

24 ноября 2023г.

		Обед	К/к	
1	Суп пшенный с картофелем б/м	250		112
2	Жаркое по-домашнему из курицы	110/40		334
3	Чай сладкий.	200		35
4	Хлеб пшеничный	30		75
5	Хлеб ржаной	30	50,00	60
				616

27 ноября 2023г.

		Обед	К/к	
1	Суп вермишелевый с картофелем б/м	250		111
2	Шницель гов. с том.соусом	50/30		158
3	Макаронные изделия отварные	100/5		128
4	Чай сладкий.	200		35
5	Хлеб пшеничный	30		75
6	Хлеб ржаной	30	50,00	60
				567

28 ноября 2023г.

		Обед	К/к	
1	Суп гороховый с картофелем б/м.	250		199
2	Каша гречневая с овощами, мясн.фаршем	150/30		294
3	Чай сладкий.	200		35
4	Хлеб пшеничный	30		75
5	Хлеб ржаной	30	50,00	60
				663

29 ноября 2023г.

Обед

К/к

1	Суп пшеничный с картофелем б/м	250		112	
2	Запеканка из творога со сгущен.молоком	120/10		326	
3	Чай сладкий.	200		35	
4	Хлеб пшеничный	30		75	
5	Хлеб ржаной	30	50,00	60	608

30 ноября 2023г.

Обед

К/к

1	Щи из св капусты с картофелем б/м	250		91	
2	Плов из курицы	110/40		314	
3	Чай сладкий.	200		35	
4	Хлеб пшеничный	30		75	
5	Хлеб ржаной	30	50,00	60	575

Зав. производством:

Калькулятор:



Дополнительное питание

МЕНЮ
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА



«Утверждаю»
ООО «Благо - В»
Директор
Е.П. Флегонтова

«Согласовано»
МБОУ "ООШ" № 6
Директор
Л.А. Габитова

Категория 5-11 классы
(детям мобилизованных)

№ рецептур ы	Наименование блюда	Цена блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	В1, мг.	В2, мг.	С, мг.	Са, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.	А, мг.	Е, мг.	Р, мг.
				Б	Ж	У										
День 1 (20 ноября 2023г.)																
№451	Котлета из говядины с том. соусом		50/30	16,20	14,50	13,90	252,00	0,07	0,12	0,29	34,65	28,56	1,48			
№332	Макаронные изделия отварные		100/5	3,60	2,60	21,80	128,00	0,03	0,01	0	6,28	5,03	0,51	0	0	0
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0	0,33	20
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		35,00		22,15	17,97	59,80	490,00	0,13	0,13	0,29	47,19	37,79	2,35	0	0,33	20
День 2 (21 ноября 2023г.)																
№492	Плов из курицы		110/40	17,10	21,40	28,40	314,00	0,05	0,08	0,55	18,39	33,9	1,54			
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
ТТК	Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35	0	0,69	58
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		35,00		19,18	21,73	49,80	411,00	0,11	0,08	0,55	28,55	51	2,92	0	0,69	58
День 3 (22 ноября 2023г.)																
№286(2)	Омлет смешанный с мясн. продуктами		100/5	11,00	15,42	1,42	188,00	0,04	0,27	0,12	58,6	12,92	1,95			
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0	0,33	20
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		35,00		13,35	16,29	25,52	298,00	0,07	0,27	0,12	64,86	17,12	2,31	0	0,33	20
День 4 (23 ноября 2023г.)																
№461	Тефтели из говядины в томат.соусе		50/30	6,85	10,70	8,80	160,00	0,04	0,07	0,9	22	15,8	0,71			
№297	Гарнир гречневый		100/5	10,40	6,80	45,40	160,00	0,31	0,16	0	16,88	159,54	5,47			
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
ТТК	Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35	0	0,69	58
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		35,00		19,33	17,83	75,60	417,00	0,41	0,23	0,9	49,04	192,44	7,56	0	0,69	58
День 5 (24 ноября 2023г.)																
№436	Жаркое по домашнему из курицы		110/40	19,30	19,90	18,90	334,00	0,16	0,18	8,77	23,88	48,35	3,59	0	0	0
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0	0,33	20
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		35,00		21,65	20,77	43,00	444,00	0,19	0,18	8,77	30,14	52,55	3,95	0	0,33	20
День 6 (25 ноября 2023г.)																
№340	Омлет натуральный с маслом		100/5	9,75	15,08	1,75	182,00	0,04	0,3	0,14	66,68	11,2	1,67			
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
ТТК	Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35	0	0,69	58
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		35,00		11,83	15,41	23,15	279,00	0,1	0,3	0,14	76,84	28,3	3,05	0	0,69	58
День 7 (27 ноября 2023г.)																
№451	Шницель из говядины с том.соусом		50/30	16,20	14,50	13,90	252,00	0,07	0,12	0,29	34,65	28,56	1,48			
№332	Макаронные изделия отварные		100/5	3,60	2,60	21,80	128,00	0,03	0,01	0	6,28	5,03	0,51	0	0	0
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0	0,33	20
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		35,00		22,15	17,97	59,80	490,00	0,13	0,13	0,29	47,19	37,79	2,35	0	0,33	20
День 8 (28 ноября 2023г.)																
№302	Каша гречневая молочная с маслом		200/5	8,79	9,00	35,67	260,00	0,21	0,22	0,49	119,82	105,61	3,3			
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
ТТК	Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35	0	0,69	58
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		35,00		10,87	9,33	57,07	357,00	0,27	0,22	0,49	129,98	122,71	4,68	0	0,69	58
День 9 (29 ноября 2023г.)																
№366	Запеканка из творога со сгущ.молоком		80/10	14,08	10,13	18,02	218,00	0,04	0,2	0,29	142,2	19,6	0,43	0	0	0
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0	0,33	20
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		35,00		16,43	11,00	42,12	328,00	0,07	0,2	0,29	148,46	23,8	0,79	0	0,33	20
День 10 (30 ноября 2023г.)																
№492	Плов из курицы		110/40	17,10	21,40	28,40	314,00	0,05	0,08	0,55	18,39	33,9	1,54			
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
ТТК	Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35	0	0,69	58
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		35,00		19,18	21,73	49,80	411,00	0,11	0,08	0,55	28,55	51	2,92	0	0,69	58

Зав. Производством :

Калькулятор:



МЕНЮ
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА



Дополнительное питание

«Утверждаю»
ООО «Благо - В»
Директор
Е.П. Флегонтова

«Согласовано»
МБОУ «ООШ» № 6
Директор
Л.А. Габитова

Категория 5-11 классы
(детям мобилизованных)

№ рецептуры	Наименование блюда	Цена блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	В1, мг.	В2, мг.	С, мг.	Са, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.	А, мг.	Е, мг.	Р, мг.
				Б	Ж	У										
День 1 (20 ноября 2023г.)																
№451	Котлета из говядины с том. соусом		50/30	16,20	14,50	13,90	252,00	0,07	0,12	0,29	34,65	28,56	1,48			
№332	Макаронные изделия отварные		100/5	3,60	2,60	21,80	128,00	0,03	0,01	0	6,28	5,03	0,51	0	0	0
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0	0,33	20
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		35,00		22,15	17,97	59,80	490,00	0,13	0,13	0,29	47,19	37,79	2,35	0	0,33	20
День 2 (21 ноября 2023г.)																
№492	Плов из курицы		110/40	17,10	21,40	28,40	314,00	0,05	0,08	0,55	18,39	33,9	1,54			
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
ТТК	Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35	0	0,69	58
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		35,00		19,18	21,73	49,80	411,00	0,11	0,08	0,55	28,55	51	2,92	0	0,69	58
День 3 (22 ноября 2023г.)																
№286(2)	Омлет смешанный с мясн. продуктами		100/5	11,00	15,42	1,42	188,00	0,04	0,27	0,12	58,6	12,92	1,95			
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0	0,33	20
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		35,00		13,35	16,29	25,52	298,00	0,07	0,27	0,12	64,86	17,12	2,31	0	0,33	20
День 4 (23 ноября 2023г.)																
№461	Тефтели из говядины в томат. соусе		50/30	6,85	10,70	8,80	160,00	0,04	0,07	0,9	22	15,8	0,71			
№297	Гарнир гречневый		100/5	10,40	6,80	45,40	160,00	0,31	0,16	0	16,88	159,54	5,47			
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
ТТК	Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35	0	0,69	58
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		35,00		19,33	17,83	75,60	417,00	0,41	0,23	0,9	49,04	192,44	7,56	0	0,69	58
День 5 (24 ноября 2023г.)																
№436	Жаркое по домашнему из курицы		110/40	19,30	19,90	18,90	334,00	0,16	0,18	8,77	23,88	48,35	3,59	0	0	0
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0	0,33	20
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		35,00		21,65	20,77	43,00	444,00	0,19	0,18	8,77	30,14	52,55	3,95	0	0,33	20
День 6 (25 ноября 2023г.)																
№440	Омлет натуральный с маслом		100/5	9,75	15,08	1,75	182,00	0,04	0,3	0,14	66,68	11,2	1,67			
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
ТТК	Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35	0	0,69	58
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		35,00		11,83	15,41	23,15	279,00	0,1	0,3	0,14	76,84	28,3	3,05	0	0,69	58
День 7 (27 ноября 2023г.)																
№451	Шницель из говядины с том. соусом		50/30	16,20	14,50	13,90	252,00	0,07	0,12	0,29	34,65	28,56	1,48			
№332	Макаронные изделия отварные		100/5	3,60	2,60	21,80	128,00	0,03	0,01	0	6,28	5,03	0,51	0	0	0
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0	0,33	20
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		35,00		22,15	17,97	59,80	490,00	0,13	0,13	0,29	47,19	37,79	2,35	0	0,33	20
День 8 (28 ноября 2023г.)																
№302	Каша гречневая молочная с маслом		200/5	8,79	9,00	35,67	260,00	0,21	0,22	0,49	119,82	105,61	3,3			
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
ТТК	Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35	0	0,69	58
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		35,00		10,87	9,33	57,07	357,00	0,27	0,22	0,49	129,98	122,71	4,68	0	0,69	58
День 9 (29 ноября 2023г.)																
№366	Запеканка из творога со сгущ. молоком		80/10	14,08	10,13	18,02	218,00	0,04	0,2	0,29	142,2	19,6	0,43	0	0	0
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
ТТК	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03	0	0	6	4,2	0,33	0	0,33	20
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		35,00		16,43	11,00	42,12	328,00	0,07	0,2	0,29	148,46	23,8	0,79	0	0,33	20
День 10 (30 ноября 2023г.)																
№492	Плов из курицы		110/40	17,10	21,40	28,40	314,00	0,05	0,08	0,55	18,39	33,9	1,54			
№685	Чай с сахаром		200/10	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0	0	0,26	0	0,03	0	0	0
ТТК	Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06	0	0	9,9	17,1	1,35	0	0,69	58
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		35,00		19,18	21,73	49,80	411,00	0,11	0,08	0,55	28,55	51	2,92	0	0,69	58

Зав. Производством :

Калькулятор: