

Согласовано : Генеральный директор ООО «Эталон»  
Педин В.А.

Руководитель организации :

*Директор МБОУ «Урусинская СОШ №2»*  
*Милосева Н.В.*

1-4 классы															
ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ ( завтрак)															
март месяц 2022 года															
№ рецептуры	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	Витамины В1, мг	Витамины С, мг	Витамины А, мг	Витамины Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	
1-ая неделя															
1 день															
№ 47 534Сбор. рец. На прод-ию для обуч.	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	60	1,08	1,64	4,7	37,78	0,2	8,24	0,01	0,1	25,65	0,01	9,8	0,38	
№ 200 Сбор. рец. На прод-ию для обуч.	БИФШТЕКС РУБЛЕННЫЙ	80	8,32	7,15	0	200	0,04	0	0	1,343	11,01	127,02	6	1,1	
№ 303 Сбор. рец. На прод-ию для обуч.	КАША ВЯЗКАЯ (ГРЕЧНЕВАЯ)	150	6,662	9,024	34	170	0,292	0	0	0,518	37,352	170,553	44,55	1,101	
№ 377 Сбор. рец. На прод-ию для обуч.	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	0,084	0,012	15,185	62	0,003	2,8	0	0,014	3,25	1,54	0,84	0,087	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	71	0,033	0	0	0,33	6	19,5	4,2	0,33	
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ДАРНИЦКИЙ	20	1	0,2	9	44	0,014	0	0	0,108	2,76	12,72	3	0,372	
	<b>Итого:</b>		19,42	18,266	77,645	584,78	0,582	11,04	0,01	2,413	86,022	331,34	68,39	3,37	
2 день															
№338Сбор. рец. на прод-ию для обуч. во всех	ФРУКТЫ	150	1,35	0,3	12,15	57	0,06	90	0	0,3	51	34,5	19,5	0,45	

№175 Сбор. рец на прод-ю для обуч. во всех образ.	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	10/200	7,2	11,4	43,5	304,7	0,1	0,1	0,5	0,9	120	156,9	40,7	1
№388С6 ор. рец на прод-ю для	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,7	0,3	28,8	132,5	0	0,2	80	0	18,9	3,1	4,8	0,5
	БАТОН	50	3,75	1,5	24,3	126	0,12	0	0	1,25	9,9	38,3	14,8	0,9
	<b>Итого:</b>		13	13,5	108,75	620,2	0,28	90,3	80,5	2,45	199,8	232,8	79,8	2,85
<b>3 день</b>														
№ 338 Сбор. рец . На прод-ию	ФРУКТЫ	150	1,35	0,3	12,15	57	0,06	90	0	0,3	51	34,5	19,5	0,45
№ 254 Сбор. рец . На прод-ию	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	6,45	4,24	7,49	116	0,05	0,48	0,1	0,646	44,02	137,06	12	0
№ 203 Сбор. рец . На прод-ию для обуч.	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	5,1	4,468	28,5	187	0,087	0	0,1	0,816	16,457	57,009	8,479	0,869
№ 576 Сбор. рец . На прод-ию для обуч.	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150/50/15	1,52	1,35	15,9	81	0,04	1,33	0,16	0	136,6	92,8	5,4	0,11
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	71	0,033	0	0	0,33	6	19,5	4,2	0,33
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ДАРНИЦКИЙ	20	1	0,2	9	44	0,014	0	0	0,108	2,76	12,72	3	0,372
	<b>Итого:</b>		17,7	10,79	87,8	556	0,284	91,81	0,36	2,2	256,83	353,589	52,57	2,131
<b>4 день</b>														
№ 52 Сбор. рец . На прод-ию для обуч.	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,855	3,653	11,58	56	0,011	7,7	0	0,641	121,09	84,582	12,54	0,198

№ 295 Сбор. рец. . На прод-ию для обуч.	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕР-ЦЫПЛЯТ	80	10,24	5,37	19,36	159	0,08	0	0	0	89,43	158	0,64	0,3
№ 312 Сбор. рец. . На прод-ию для обуч.	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,09	8,282	22	172	0,164	7,943	0,08	3	47,805	98,835	8	0
№ 379 Сбор. рец. . На прод-ию для обуч.	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,6	2,67	29,2	155	0,03	1,47	0	0	158,67	132	29,33	2,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	71	0,033	0	0	0,33	6	19,5	4,2	0,33
	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ДАРНИЦКИЙ	20	1	0,2	9	44	0,014	0	0	0,108	2,76	12,72	3	0,372
	<b>Итого:</b>		<b>21,065</b>	<b>20,415</b>	<b>105,967</b>	<b>657</b>	<b>0,33</b>	<b>17,113</b>	<b>0,08</b>	<b>4,079</b>	<b>425,755</b>	<b>505,637</b>	<b>57,71</b>	<b>3,6</b>
<b>5 день</b>														
№ 47 Сбор. р. ец. На прод-ию для обуч.	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	60	1,08	1,64	4,7	37,78	0,02	8,24	0,01	0,1	25,65	0,01	9,8	0,38
№ 592 Сбор. рец. . На прод-ию для обуч.	ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ ОТВАРНЫЕ	180/5	10,34	12,175	20,34	237	0,159	0,491	0,18	1,283	79,453	239,018	10,579	0,01
№ 376 Сбор. рец. . На прод-ию для обуч.	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,53	0	9,47	40	0	0,27	0	0	13,6	22,13	11,73	0,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	71	0,033	0	0	0,33	6	19,5	4,2	0,33
	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ДАРНИЦКИЙ	20	1	0,2	9	44	0,014	0	0	0,108	2,76	12,72	3	0,372
	<b>Итого:</b>		<b>15,23</b>	<b>29,48</b>	<b>58,21</b>	<b>429,78</b>	<b>0,226</b>	<b>9,001</b>	<b>0,19</b>	<b>1,383</b>	<b>127,46</b>	<b>293,37</b>	<b>39,309</b>	<b>1,192</b>
<b>6 день</b>														

№ 338 Сбор.реп. На прод-ию для обуч. Во всех №	ФРУКТЫ	150	1,35	0,3	12,15	57	0,06	90	0	0,3	51	34,5	19,5	0,45
263Сбор. реп. На прод-ию для обуч. Во всех № 382	ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ	50/150	14,51	14,66	28,34	364	0,21	4,9	0,01	12	83,07	273	40,45	1,9
Сбор.реп. На прод-ию для обуч.	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,78	0,67	26	125	0,02	1,33	0	0,012	133,33	111,11	25,56	2
	ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	71	0,033	0	0	0,33	6	19,5	4,2	0,33
	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ДАРНИЦКИЙ	20	1	0,2	9	44	0,014	0	0	0,108	2,76	12,72	3	0,372
	<b>Итого:</b>		<b>22,92</b>	<b>16,07</b>	<b>90,25</b>	<b>661</b>	<b>0,337</b>	<b>96,23</b>	<b>0,1</b>	<b>12,75</b>	<b>276,16</b>	<b>450,82</b>	<b>92,71</b>	<b>5,052</b>
№ РЕЦЕПТ УР	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Калорийность, ккал	Витами н В1, мг	Витами н С, мг	Витами н А, мг	Витами н Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
	<b>2-ая неделя</b>													
	<b>1 день</b>													
№ 200 Сбор.реп. На прод-ию для обуч.	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	9,66	12,412	9,45	182	0,166	3,861	0	1,384	54,974	155,026	21,93	1,678
№ 171 Сбор.реп. На прод-ию для обуч.	КАША РАССЫПЧАТАЯ (ГРЕЧНЕВАЯ)	150	6,662	9,024	34	170	0,292	0	0	0,518	37,352	170,553	40,55	1,101
№ 370 Сбор.реп. На прод-ию для обуч. Во всех образ.уч	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,53	0	9,47	40	0	0,27	0	0	13,6	22,13	11,73	0,1
	ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	71	0,033	0	0	0,33	6	19,5	4,2	0,33
	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ДАРНИЦКИЙ	20	1	0,2	9	44	0,014	0	0	0,108	2,76	12,72	3	0,372

<b>Итого:</b>		20,132	21,876	76,68	507	0,505	4,131	0	2,34	114,686	379,929	81,41	3,372	
<b>2 день</b>														
№ 52 Сбор. рец. . На прод-ию для обуч.	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,855	3,653	11,58	56	0,011	7,7	0	0,641	121,09	84,582	12,54	0,198
№ 234 Сбор. рец. . На прод-ию	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	6,45	4,24	7,49	116	0,05	0,48	0,1	0,646	44,02	137,06	12	0
№ 312 Сбор. рец. . На прод-ию	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,09	8,282	22	172	0,164	7,943	0,08	0,231	47,805	98,835	8	0
№ 382 Сбор. рец. . На прод-ию	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,78	0,67	26	125	0,02	1,33	0	0,012	133,33	111,11	25,56	2
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	71	0,033	0	0	0,33	6	19,5	4,2	0,33
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1	0,2	9	44	0,014	0	0	0,108	2,76	12,72	3	0,372
<b>Итого:</b>		17,455	17,285	90,83	584	0,29	17,45	0,18	1,968	355,01	463,81	65,3	2,9	
<b>3 день</b>														
№ 534 Сбор. рец. . На прод-ию	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	50	1,08	1,64	4,7	27,78	0,2	8,24	0,01	0,1	25,65	0,01	9,8	0,38
№ 265 Сбор. рец. . На прод-ию	ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ	50/150	14,51	14,71	28,34	364	0,21	4,9	0,01	1,2	83,07	273	40,45	1,9
№ 378 Сбор. рец. . На прод-ию	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150/50/15	1,52	1,35	15,9	81	0,04	1,33	0,16	0	136,6	92,8	5,4	0,11
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	71	0,033	0	0	0,33	6	19,5	4,2	0,33
	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ДАРНИЦКИЙ	20	1	0,2	9	44	0,014	0	0	0,108	2,76	12,72	3	0,372
<b>Итого:</b>		20,38	18,14	72,7	587,78	0,497	14,47	0,18	1,738	254,98	398,03	62,85	3,092	
<b>4 день</b>														
№ 338 Сбор. рец. . На прод-ию	ФРУКТЫ	150	1,35	0,3	12,15	57	0,06	90	0	0,3	51	34,5	19,5	0,45



№ 295 Сбор.рец. . На прод-ию для обуч.	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕР-ЦЫПЛЯТ	80	10,24	5,37	19,36	159	0,08	0	0	0	89,43	158	0,64	0,3
№ 330 Сборник рецептур блюд 2004	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	150	11,8	2,800	25,7	178,3	0,27	0	2,6	0,7	98	73,3	66,3	3,8
№ 377 Сбор.рец. . На прод-ию для обуч.	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	0,084	0,012	15,185	62	0,003	2,8	0	0,014	3,25	1,54	0,84	0,087
Во всех	ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	71	0,033	0	0	0,33	6	19,5	4,2	0,33
	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ДАРНИЦКИЙ	20	1	0,2	9	44	0,014	0	0	0,108	2,76	12,72	3	0,372
	Итого:		25,4	5,822	84,005	514,3	0,4	2,8	0	1,152	199,44	265,06	74,98	4,889

Согласовано  
Руководитель учреждения

