

ООО «ЭТАЛОН+»

Утверждаю:  
Генеральный директор  
Подин В.А.



Согласовано: *И.И. Шаймуратов*  
Руководитель организации  
*И.В. Соседов*  
*Бухгалтер*

**ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ НА СУБСИДИЮ**

ноябрь – декабрь месяц 2021г.

| № рецептуры   | Наименование блюд       | Выход    | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калорийность, ккал | Витамин В1, мг | Витамин С, мг | Витамин А, мг | Витамин Е, мг | Са, мг | Р, мг  | Mg, мг | Fe, мг |
|---|-------------------------|----------|----------|---------|-------------|--------------------|----------------|---------------|---------------|---------------|--------|--------|--------|--------|
| 1-ая неделя   |                         |          |          |         |             |                    |                |               |               |               |        |        |        |        |
| 1 день  |                         |          |          |         |             |                    |                |               |               |               |        |        |        |        |
| № 377<br>Збор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200/15/7 | 0,084    | 0,012   | 15,185      | 62                 | 0,003          | 2,800         | 0,000         | 0,014         | 3,250  | 1,540  | 0,840  | 0,087  |
|   | ПРЯНИК                  | 30       | 2,100    | 1,680   | 26,320      | 129                | 0,020          | 0             | 0             | 0,030         | 3,920  | 17,500 | 3,220  | 0,280  |
|   | Итого:                  |          | 2,184    | 1,692   | 41,505      | 191                | 0,023          | 2,800         | 0             | 0,044         | 7,170  | 19,040 | 4,060  | 0,367  |
| 2 день  |                         |          |          |         |             |                    |                |               |               |               |        |        |        |        |

|  |                         |     |       |       |        |       |       |       |        |       |        |        |        |       |
|--|-------------------------|-----|-------|-------|--------|-------|-------|-------|--------|-------|--------|--------|--------|-------|
|  |                         |     | 2,100 | 1,072 | 11,500 | 121   | 0,023 | 2,000 | 0      | 0,044 | 1,170  | 12,040 | 4,000  | 0,507 |
|  | 2 день                  |     |       |       |        |       |       |       |        |       |        |        |        |       |
| №388Сбор.<br>лец на прод-<br>о для обуч.<br>зо всех<br>образ.<br>лчреж. Дели<br>принт, 2011. | НАПИТОК ИЗ<br>ШИПОВНИКА | 200 | 0,700 | 0,300 | 28,800 | 132,5 | 0,000 | 0,200 | 80,000 | 0,000 | 18,900 | 3,100  | 4,800  | 0,500 |
|  | БАТОН                   | 40  | 3,750 | 1,500 | 24,300 | 126   | 0,120 | 0     | 0      | 1,250 | 9,900  | 38,300 | 14,800 | 0,900 |
|  | Итого:                  |     | 4,450 | 1,800 | 53,100 | 258   | 0,120 | 0,200 | 80,0   | 1,250 | 28,80  | 41,400 | 19,600 | 1,400 |
|  | 3 день                  |     |       |       |        |       |       |       |        |       |        |        |        |       |



|  |                  |           |       |       |        |     |       |        |      |       |         |         |        |       |
|--|------------------|-----------|-------|-------|--------|-----|-------|--------|------|-------|---------|---------|--------|-------|
| № 378<br>Сбор.реци. На<br>прод-ию для<br>обуч. Во<br>всех<br>образ.учреж-<br>Дели 2015 | ЧАЙ С<br>МОЛОКОМ | 150/50/15 | 1,52  | 1,35  | 15,900 | 81  | 0,04  | 1,33   | 0,16 | 0     | 136,600 | 92,8    | 5,4    | 0,110 |
|  | ПЕЧЕНЬЕ          | 20        | 1,880 | 2,440 | 18,600 | 105 | 0,000 | 0      | 0    | 0,000 | 7,250   | 5,000   | 23,000 | 0,500 |
|  | Итого:           |           | 3,400 | 3,790 | 34,500 | 186 | 0,040 | 1,33   | 0,16 | 0,00  | 143,850 | 97,80   | 28,400 | 0,610 |
|  | 4 день           |           |       |       |        |     |       |        |      |       |         |         |        |       |
| №<br>376Сбор.реци.<br>На прод-ию<br>для обуч. Во<br>всех<br>образ.учреж-<br>Дели 2015  | ЧАЙ С<br>САХАРОМ | 200/15    | 0,53  | 0     | 9,470  | 40  | 0     | 0,27   | 0    | 0,000 | 13,600  | 22,13   | 11,73  | 0,1   |
|  | БАТОН            | 40        | 3,750 | 1,500 | 24,300 | 126 | 0,120 | 0      | 0    | 1,250 | 9,900   | 38,300  | 14,800 | 0,900 |
|  | Итого:           |           | 7,350 | 4,170 | 53,500 | 126 | 0,15  | 15,523 | 0,0  | 3,100 | 168,570 | 170,300 | 65,900 | 3,300 |
| 5 день   |                  |           |       |       |        |     |       |        |      |       |         |         |        |       |



|   |                               |          |             |            |                |                       |                   |                  |                  |                  |         |         |           |           |
|---|-------------------------------|----------|-------------|------------|----------------|-----------------------|-------------------|------------------|------------------|------------------|---------|---------|-----------|-----------|
| № 376<br>Эбор.рец. На<br>прод-ию для<br>обуч. Во<br>всех<br>образ.учреж-<br>Дели 2015 | ЧАЙ С<br>САХАРОМ И<br>ЛИМОНОМ | 200/15/7 | 0,084       | 0,012      | 15,185         | 62                    | 0,003             | 2,800            | 0                | 0,014            | 3,250   | 1,540   | 0,840     | 0,087     |
|   | БУЛОЧКА                       | 50       | 3,800       | 6,400      | 29,900         | 193                   | 0,100             | 0                | 0                | 1,500            | 8,700   | 5,700   | 31,700    | 5,000     |
|   | Итого:                        |          | 3,884       | 6,412      | 45,08          | 255                   | 0,103             | 2,800            | 0                | 1,514            | 11,95   | 7,24    | 32,54     | 5,087     |
| 6 день  |                               |          |             |            |                |                       |                   |                  |                  |                  |         |         |           |           |
| № 382<br>Эбор.рец. На<br>прод-ию для<br>обуч. Во<br>всех<br>образ.учреж-<br>Дели 2015 | КАКАО С<br>МОЛОКОМ            | 200      | 3,780       | 0,670      | 26,000         | 125                   | 0,020             | 1,330            | 0,000            | 0,012            | 133,330 | 111,110 | 25,560    | 2,000     |
|   | ПЕЧЕНЬЕ                       | 20       | 1,880       | 2,440      | 18,600         | 105                   | 0,000             | 0                | 0                | 0,000            | 7,250   | 5,000   | 23,000    | 0,500     |
|   | Итого:                        |          | 5,660       | 3,110      | 44,600         | 230                   | 0,020             | 1,330            | 0,000            | 0                | 140,580 | 116,110 | 48,560    | 2,500     |
| №<br>РЕЦЕПТУР   | Наименование<br>блюда         | Выход    | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г | Калорийность,<br>ккал | Витамин<br>В1, мг | Витамин<br>С, мг | Витамин<br>А, мг | Витамин<br>Е, мг | Са, мг  | Р, мг   | Mg,<br>мг | Fe,<br>мг |
| 2-ая неделя   |                               |          |             |            |                |                       |                   |                  |                  |                  |         |         |           |           |
| 1 день  |                               |          |             |            |                |                       |                   |                  |                  |                  |         |         |           |           |

|   |                  |        |       |       |        |     |       |       |      |       |        |        |        |       |
|---|------------------|--------|-------|-------|--------|-----|-------|-------|------|-------|--------|--------|--------|-------|
| № 376<br>Збор.рец. На<br>прод-ию для<br>обуч. Во<br>всех<br>образ.учреж-<br>Цели 2015 | ЧАЙ С<br>САХАРОМ | 200/15 | 0,53  | 0     | 9,470  | 40  | -     | 0,27  | 0    | 0     | 13,600 | 22,13  | 11,73  | 0,100 |
|   | БУЛОЧКА          | 50     | 3,800 | 6,400 | 29,900 | 193 | 0,100 | 0     | 0    | 1,500 | 8,700  | 5,700  | 31,700 | 5,000 |
|   | Итого:           |        | 4,330 | 6,400 | 39,370 | 233 | 0,10  | 0,270 | 0    | 1,500 | 22,300 | 27,830 | 43,4   | 5,10  |
| 2 день  |                  |        |       |       |        |     |       |       |      |       |        |        |        |       |
| № 378<br>Збор.рец. На<br>прод-ию для<br>обуч. Во<br>всех<br>образ.учреж-<br>Цели 2015 | ЧАЙ С<br>МОЛОКОМ | 150/50 | 1,52  | 1,35  | 15,8   | 81  | 0,04  | 1,330 | 0,16 | 0,0   | 136,80 | 92,800 | 5,4    | 0,11  |
|   | ПЕЧЕНЬЕ          | 20     | 1,880 | 2,440 | 18,600 | 105 | 0,000 | 0     | 0    | 0,000 | 7,250  | 5,000  | 23,000 | 0,500 |
|   | Итого:           |        | 3,4   | 3,790 | 34,40  | 186 | 0,04  | 1,3   | 0,16 | 0     | 144,05 | 97,80  | 28,40  | 0,610 |
| 3 день  |                  |        |       |       |        |     |       |       |      |       |        |        |        |       |
|   | СОК<br>ФРУКТОВЫЙ | 200    | 1     | 0,2   | 20,200 | 83  | 0,02  | 4     | 0    | 0     | 14,000 | 13     | 8      | 2,800 |
|   | БУЛОЧКА          | 50     | 3,800 | 6,400 | 29,900 | 193 | 0,100 | 0     | 0    | 1,500 | 8,700  | 5,700  | 31,700 | 5,000 |
|   | Итого:           |        | 4,800 | 6,600 | 50,100 | 276 | 0,120 | 4,000 | 0    | 1,500 | 22,700 | 18,700 | 39,700 | 7,800 |

| 4 день   |                                  |     |       |       |        |       |       |       |        |       |         |         |        |       |
|--|----------------------------------|-----|-------|-------|--------|-------|-------|-------|--------|-------|---------|---------|--------|-------|
| № 379<br>Збор.рец. На<br>прод-ию для<br>обуч. Во<br>всех<br>образ.учреж-<br>Цели 2015        | КОФЕЙНЫЙ<br>НАПИТОК С<br>МОЛОКОМ | 200 | 3,600 | 2,670 | 29,200 | 155   | 0,030 | 1,470 | 0      | 0,000 | 158,670 | 132,000 | 29,330 | 2,400 |
|  | ПРЯНИК                           | 30  | 2,100 | 1,680 | 26,320 | 129   | 0,020 | 0     | 0      | 0,030 | 3,920   | 17,500  | 3,220  | 0,280 |
|  | Итого:                           |     | 5,700 | 4,350 | 55,520 | 284   | 0,050 | 1,47  | 0      | 0,03  | 162,590 | 149,50  | 32,550 | 2,7   |
| 5 день   |                                  |     |       |       |        |       |       |       |        |       |         |         |        |       |
| №388Сбор.<br>рец на прод-<br>о для обуч.<br>во всех<br>образ.<br>учреж. Дели<br>принт, 2011. | НАПИТОК ИЗ<br>ШИПОВНИКА          | 200 | 0,700 | 0,300 | 28,800 | 132,5 | 0,000 | 0,200 | 80,000 | 0,000 | 18,900  | 3,100   | 4,800  | 0,500 |
|  | ПЕЧЕНЬЕ                          | 20  | 1,880 | 2,440 | 18,600 | 105   | 0,000 | 0     | 0      | 0,000 | 7,250   | 5,000   | 23,000 | 0,500 |
|  | Итого:                           |     | 2,580 | 2,740 | 47,400 | 237   | 0,00  | 0,200 | 80     | 0,000 | 26,150  | 8,10    | 27,800 | 1,000 |
| 6 день   |                                  |     |       |       |        |       |       |       |        |       |         |         |        |       |



|  |                               |          |       |       |        |     |       |       |       |       |        |       |        |       |
|--|-------------------------------|----------|-------|-------|--------|-----|-------|-------|-------|-------|--------|-------|--------|-------|
| № 377<br>Збор.реци. На<br>прод-ию для<br>обуч. Во<br>всех<br>образ.учреж-<br>Цели 2015 | ЧАЙ С<br>САХАРОМ И<br>ЛИМОНОМ | 200/15/7 | 0,084 | 0,012 | 15,185 | 62  | 0,003 | 2,800 | 0,000 | 0,014 | 3,250  | 1,540 | 0,840  | 0,087 |
|  | БУЛОЧКА                       | 50       | 3,800 | 6,400 | 29,900 | 193 | 0,100 | 0     | 0     | 1,500 | 8,700  | 5,700 | 31,700 | 5,000 |
|  | Итого:                        |          | 3,88  | 6,412 | 45,085 | 255 | 0,103 | 2,800 | 0,000 | 1,514 | 11,950 | 7,240 | 32,540 | 5     |
|  |                               |          |       |       |        |     |       |       |       |       |        |       |        |       |

Согласовано  
Руководитель учреждения