

"Согласовано"
 Директор
 общеобразовательного учреждения



Золотушкин К.Н.

"Утверждаю"
 Заместитель генерального директора
 по организации питания
 АО "Департамент образования и
 социального партнерства"
 А.Агапова



М Е Н Ю
 в столовых общеобразовательных школ РТ СТАРШИЕ
 с 28 по 2 сентября, 11 по 16 сентября, 25 по 30 сентября 2023 г.

1 неделя (СЕНТЯБРЬ)		Выход	Стоим-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК							
ТТК 2023 г	Салат - бар	100		2,18	6,21	10,10	106
	Морковь свежая порциями	40					
	Капуста белокачанная свежая порциями	40					
	Кукуруза консервированная	10					
	Сухарики из пшеничного хлеба	5					
	Масло растительное	5					
ТТК 2023 г	Котлеты Столичные	90		8,10	4,05	3,40	83
№302/2015 г.д.	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5		7,99	10,10	50,29	324
ТТК 2021 г	Чай с сахаром	180/7		0,01	0,01	7,20	29
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	Итого:		64,19	20,80	20,73	89,83	633
ВТОРНИК							
ТТК 2023 г	Салат - бар	100		2,10	6,14	11,28	109
	Свекла отварная (тёртая)	40					
	Морковь свежая порциями	40					
	Зеленый горошек консервированный	10					
	Сухарики из пшеничного хлеба	5					
	Масло растительное	5					
ТТК 2023 г	Тефтели из говядины с соусом томатным	60/30		8,60	2,80	10,90	103
ТТК	Картофель запеченный	180		5,21	8,60	42,52	273
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном и урюком	180/7/8/15		0,80	0,07	15,39	68
ТТК 2021 г	Печенье весовое	2шт/30		2,07	4,14	1,6	134
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржаной - пшеничный)	25/25		3,15	0,45	23,55	114
	Итого:		64,19	19,66	18,06	103,64	667
СРЕДА							
№ 532/2013г	Десерт фруктовый (яблоки)	50		0,20	0,20	4,90	24
ТТК 2023 г	Салат - бар	100		2,13	6,18	8,33	99
	Помидоры свежие порциями	40					
	Капуста белокачанная свежая порциями	40					
	Зеленый горошек консервированный	10					
	Сухарики из пшеничного хлеба	5					
	Масло растительное	5					
ТТК 2021 г	Гуляш из филе грудок индейки	45/45		11,90	8,20	11,85	169
№ 303/2015	Каша рисовая вязкая	180		2,76	4,96	28,73	171
ТТК 2021 г	Чай с сахаром	180/7		0,02		7,19	29
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	Итого:		64,19	19,53	19,90	79,84	583
ЧЕТВЕРГ							
ТТК 2023 г	Салат - бар	100		1,94	6,20	8,10	97
	Капуста белокачанная свежая порциями	40					
	Огурцы свежие порциями	40					
	Кукуруза консервированная	10					
	Сухарики из пшеничного хлеба	5					
	Масло растительное	5					
№ 243/2015г	Сосиски отварные с соусом "Переменка"	2 шт/100/5		10,00	4,80	11,05	130
№ 202/2015 г	Макаронные изделия отварные	180		6,77	5,36	43,13	248
ТТК 2021 г	Чай с сахаром	180/7		0,02		7,19	29
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	Итого:		64,19	21,25	16,72	88,31	595
ПЯТНИЦА							
ТТК 2023 г	Салат - бар	100		1,98	6,16	8,08	97
	Помидоры свежие порциями	40					
	Огурцы свежие порциями	40					
	Фасоль консервированная	10					

	Сухарики из пшеничного хлеба	5				
	Масло растительное	5				
ТТК 2021 г	Биточки рыбные из фарша мятая	90	9,80	2,01	10,20	98
№ 312/2015г	Пюре картофельное	180	3,93	5,59	26,43	175
ТТК 2021 г	Чай с сахаром	180/7	0,02		7,19	29
ТТК 2021 г	Печенье сдобное шоколадное	1шт/15	1,21	3,62	10,25	66
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20	2,52	0,36	18,84	91
	Итого:		64,19	19,46	17,74	80,97

СУББОТА

№ 532/2013г	Десерт фруктовый (яблоки)	50	0,20	0,20	4,90	24
ТТК 2023 г	Салат - бар	100	1,27	10,13	4,93	118
	Помидоры свежие порциями	40				
	Морковь свежая порциями	40				
	Зеленый горошек консервированный	10				
	Масло растительное	10				
ТТК 2019 г	Пельмени "Для умников и умниц" отварные	180	18,20	11,26	37,69	330
ТТК 2021 г	Чай с сахаром	180/7	0,02	0,01	7,19	29
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20	2,52	0,36	18,84	91
	Итого:		64,19	22,21	21,96	73,55

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