

Примерное недельное меню рационов питания учащихся 5-11 классов (завтрак) для детей инвалидов в сельских образовательных учреждениях г. Заинска на сумму 69,10 руб. с 15.02 по 20.02.2021 г.

Температура подачи блюд: горячие блюда (супы, соусы, напитки) - не ниже 75°С, вторые блюда и гарниры - не ниже 65°С, холодные супы, напитки - не выше 14°С

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Цена, руб.	Пищевая ценность, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Ca	Р	Mg	Fe
	Понедельник 15.02														
	Завтрак														
62/2011	Салат из моркови с сахаром	100	3,53	1,17	0,10	11,33	81,83	0,07	0,00	3,33	13,33	25,83	52,83	36,00	0,60
ТТК-837	Котлеты "По- домашнему" с маслом	2/50/5	41,67	16,00	14,00	10,00	230,00	0,06	0,02	0,60	0,60	23,24	259,00	43,00	2,00
510/04.	Каша гречневая вязкая	180	7,58	5,40	8,10	26,82	201,78	0,14	0,00	0,00	1,07	25,4	23,00	35,3	0,28
ТТК-475	Чай полусладкий	200	0,68	0,18	0,00	4,78	19,90	0,00	0,00	0,40	0,00	5,25	8,25	4,40	0,87
	Хлеб "Дарницкий"	1/20	1,16	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
	Хлеб "Рябинушка"	1/28	2,01	2,13	0,22	13,78	66,27	0,03	0,00	0,00	0,31	5,60	18,20	3,92	0,31
			56,63	25,88	22,62	75,71	643,78	0,31	0,02	4,33	15,42	88,08	374,00	125,62	4,43
	Дополнительное питание														
160/2004	Суп молочный с макаронными изделиями	250	8,30	7,00	6,50	23,50	180,50	0,04	20,00	1,13	0,00	125,80	90,0	14,00	0,13
ТТК-317	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов (полусладкий)	200	1,60	0,12	0,04	21,60	88,60	7,20	0,19	6,70	0,00	0,1	0,01	3,47	5,07
	Хлеб "Дарницкий"	1/20	1,16	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
			13,21	10,40	6,98	68,86	384,10	7,29	20,19	7,83	0,44	134,66	122,23	24,67	5,90
			69,84	36,28	29,60	144,57	1027,88	7,60	20,21	12,16	15,86	222,74	496,23	150,29	10,33
	Вторник 16.02														
	Завтрак														
56/2011	Салат овощной с яблоками	100	7,99	1,17	0,17	7,17	35,17	0,05	0,00	15,50	0,17	33,17	29,00	17,17	1,17
ТТК-649	Биточки "Рябушка"	2/50/5	21,16	12,00	14,00	15,00	230,00	0,12	0,02	0,00	0,20	13,96	166,38	28,30	1,54
312/2011	Пюре картофельное	180	13,63	3,72	5,76	24,60	164,70	0,17	0,00	21,84	0,18	44,40	103,9	33,36	1,20
376/2011	Чай с сахаром с печеньем "Мона"	200/15/12	2,36	0,98	1,84	23,97	115,90	0,00	0,00	0,03	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28
	Хлеб "Дарницкий"	1/20	1,16	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
	Хлеб "Рябинушка"	1/28	2,01	2,13	0,22	13,78	66,27	0,03	0,00	0,00	0,31	5,60	18,20	3,92	0,31
			48,31	21,00	22,19	93,52	656,04	0,38	0,02	37,37	0,97	110,99	333,02	87,15	4,87
	Дополнительное питание														
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/10	13,97	4,26	10,21	28,43	221,23	0,03	0,00	1,60	1,30	132,40	200,90	32,90	0,03

ТТК-315	Компот "Фруктовый" из изюма	200	3,78	0,40	0,00	27,40	111,20	0,03	0,00	0,00	0,00	16,30	25,80	8,40	0,65
	Хлеб "Дарницкий"	1/20	1,16	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
			21,06	7,94	10,65	79,59	447,43	0,11	0,00	1,60	1,74	157,46	258,92	48,50	1,38
			69,37	28,94	32,84	173,11	1103,47	0,49	0,02	38,97	2,70	268,45	591,94	135,65	6,25
	Среда 17.02														
	Завтрак														
52/2011	Салат из свеклы отварной	100	4,01	1,33	6,00	8,33	92,80	0,02	0,00	6,68	2,67	35,33	40,67	20,67	0,10
ТТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/50	16,12	8,10	16,50	9,10	217,00	0,05	3,21	1,70	0,80	21,60	26,80	31,00	1,48
309/2011	Макаронные изделия отварные	180	6,58	6,76	5,76	38,46	232,44	0,07	0,02	0,00	1,08	14,46	45,8	10,50	0,97
ТТК-609	Напиток "Фруктовый" из кураги	200	3,06	1,44	0,00	30,20	121,20	0,02	0,00	1,10	0,83	54,00	21,90	10,70	0,92
	Хлеб "Дарницкий"	1/20	1,16	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
	Хлеб "Рябинушка"	1/28	2,01	2,13	0,22	13,78	66,27	0,03	0,00	0,00	0,31	5,60	18,20	3,92	0,31
			32,94	20,76	28,68	108,87	773,71	0,20	3,23	9,48	5,80	133,75	166,13	79,79	4,15
	Дополнительное питание														
338/2011	Плоды свежие (Яблоки)	100	8,81	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	0,00	10,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
ТТК-981	Каша молочная "5 злаков" вязкая с маслом	200/10	18,35	9,47	9,57	35,67	266,61	0,14	2,00	2,00	1,07	242,62	23,00	28,09	0,21
377/2011	Чай с лимоном с печеньем "Мона"	200/15/7/36.	5,78	2,86	5,48	42,11	229,70	0,00	0,00	2,83	0,01	14,20	4,40	2,40	0,36
	Хлеб "Дарницкий"	1/20	1,16	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
			36,25	16,01	15,89	111,34	658,31	0,22	2,00	14,83	1,72	281,58	70,62	46,69	3,47
			69,19	36,77	44,57	220,21	1432,02	0,42	5,23	24,31	7,52	415,33	236,75	126,48	7,63
	Четверг 18.02														
	Завтрак														
338/2011	Плоды свежие (Яблоки)	100	8,81	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	0,00	10,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
45/2011	Салат из белокочанной капусты	100	3,29	1,33	3,17	6,33	60,33	0,02	0,00	17,00	8,33	25,00	28,33	15,00	0,40
ТТК-338к	Рагу из мякоти птицы	50/150	31,40	10,00	12,00	19,00	224,00	0,73	0,06	8,20	0,21	31,80	231,60	53,20	2,44
376/2011	Чай с сахаром	200/15	1,07	0,07	0,02	15,00	60,00	0,00	0,00	0,03	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28
	Хлеб "Дарницкий"	1/20	1,16	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
	Хлеб "Рябинушка"	1/28	2,01	2,13	0,22	13,78	66,27	0,03	0,00	0,00	0,31	5,60	18,20	3,92	0,31
			47,74	14,93	16,01	72,91	501,60	0,82	0,06	35,23	9,16	92,26	304,65	85,52	6,00
	Дополнительное питание														
302/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/5	11,59	4,46	9,45	37,48	254,00	0,11	0,01	0,44	1,00	222,00	230,00	36,60	1,20

631/04	Компот из свежих яблок	200	5,50	0,2	0,0	35,8	144,0	0,00	0,00	1,72	0,00	14,4	21,6	1,5	0,08
	Хлеб "Дарницкий"	1/20	1,16	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
			20,40	7,94	9,89	97,04	513,00	0,16	0,01	2,16	1,44	245,16	283,82	45,33	1,98
			68,14	22,87	25,90	169,95	1014,60	0,97	0,07	37,39	10,60	337,42	588,47	130,85	7,98
	Пятница 19.02														
	Завтрак														
59/2011	Салат из моркови с яблоками	100	5,74	1,00	0,17	8,50	40,00	0,07	0,00	3,83	0,33	24,00	44,67	30,33	1,00
ТТК-734к	Биточки рыбные "Морячка"	2/50	26,57	15,50	6,50	8,50	154,00	1,00	0,04	2,13	0,26	22,67	169,63	53,00	1,00
304/2011	Рис отварной	180	8,96	4,40	6,40	44,00	251,60	0,03	0,04	0,00	0,22	1,6	73,13	19,60	0,63
ТТК-317	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов с печеньем "Мона"	200/12	3,48	2,33	3,46	48,46	230,33	0,01	0,20	0,45	0,00	23,30	38,40	18,40	0,65
	Хлеб "Дарницкий"	1/20	1,16	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
	Хлеб "Рябинушка"	1/28	2,01	2,13	0,22	13,78	66,27	0,03	0,00	0,00	0,31	5,60	18,20	3,92	0,31
			47,92	26,36	16,95	132,24	786,20	1,15	0,28	6,41	1,24	79,93	356,75	128,25	3,96
	Дополнительное питание														
208/2010	Макаронны, запеченные с яйцом с маслом	200/5.	14,59	10,00	9,48	31,00	250,00	0,08	79,00	0,43	2,50	35,10	100,0	30,70	1,80
ТТК-609	Напиток "Фруктовый" из кураги	200	3,11	1,44	0,00	30,20	121,20	0,02	0,00	1,10	0,83	54,00	21,90	10,70	0,92
	Хлеб "Дарницкий"	1/20	1,16	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
			21,01	14,72	9,92	84,96	486,20	0,15	79,00	1,53	3,77	97,86	154,12	48,60	3,42
			68,93	41,08	26,87	217,20	1272,40	1,29	79,28	7,94	5,00	177,79	510,87	176,85	7,38
	Суббота 20.02														
	Завтрак														
ТТК-130	Салат "Метелка"	100	4,05	1,00	4,00	8,00	70,00	0,03	0,27	7,20	0,00	27,90	29,96	18,50	1,30
ТТК-739к	Котлеты "Татарские"	2/50	27,28	13,00	13,00	10,00	110,00	0,08	0,01	0,60	0,36	20,00	235,34	40,60	1,96
510/04	Каша пшеничная вязкая	180	5,05	4,74	4,74	29,09	177,96	0,14	2,00	0,00	1,07	19,3	23,00	25,7	2,02
376/2011	Чай с сахаром с печеньем "Мона"	200/15/24	3,65	2,45	4,78	38,46	206,20	0,00	0,00	0,03	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28
	Хлеб "Дарницкий"	1/20	1,16	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
	Хлеб "Рябинушка"	1/28	2,01	2,13	0,22	13,78	66,27	0,03	0,00	0,00	0,31	5,60	18,20	3,92	0,31
			43,20	24,32	26,94	108,33	674,43	0,29	2,28	7,83	1,85	86,66	322,02	93,08	6,24

* старшие классы - с 11 лет и старше

	Цена, руб.	Пищевая ценность, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
		Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Са	Р	Mg	Fe
Итого за неделю	345,47	133,25	133,38	591,58	4035,76	3,16	5,89	100,65	34,42	591,67	1856,57	599,41	29,66

Среднее в день		69,09	22,21	22,23	98,60	672,63	0,53	0,98	16,77	5,74	98,61	309,43	99,90	4,94
----------------	--	-------	-------	-------	-------	--------	------	------	-------	------	-------	--------	-------	------


Генеральный директор "ООО Школьное питание"

 В.П. Гусева


Зам. директора

 Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам

 А.Р. Хамидулина

Зам. начальника производственного отдела

 Ю.В. Будилова