

Примерное недельное меню бесплатных горячих завтраков для обучающихся начальных классов (2-4 кл)
Заинского района С 24.05.2021г. ПО 29.05.2021 г.

Стоимость питания Младшие
53,41руб./день;

№ рец	Наименование блюда	Масса порции, гр	Цена, руб.	Пищевые вещества (гр)			Энерг. ценность Младшие	Витамины (мг)				Минеральные вещества, мг			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Са	Р	Mg	Fe
Пн, 24 мая 21			59,13	20,55	19,59	101,13	663,07	0,35	45,57	171,56	1,91	167,35	244,46	85,26	4,07
Завтрак			59,13	20,55	19,59	101,13	663,07	0,35	45,57	171,56	1,91	167,35	244,46	85,26	4,07
	Десерт фруктовый Апельсин	177	16,22	1,59	0,00	14,87	65,84	0,07	0,00	106,2	0,39	60,18	40,71	23,01	0,53
ТТК-287н	Салат из белокочан.капус.с яблок	75	5,27	1,92	3,9	6,79	69,99	0,04	0,32	63,72	0,13	53,48	33,67	17,76	0,89
ттк№-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (морк. припуш.)	75/15	26,46	8,66	10,6	8,54	164,17	0,09	45,23	1,55	0,32	12,69	91,72	20,97	1
516/04	Макаронные изделия отварные	150	5,47	5,34	4,79	38,4	218,05	0,09	0,00	0,00	1,07	19,72	45,37	8,88	0,7
ттк№253н	Чай "Витаминный"полусл.	200	3,56	0,76	0,03	17,62	73,83	0,01	0,02	0,09	0,00	13,48	8,09	4,14	0,47
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
Вт, 25 мая 21			47,66	26,6	24,92	71,75	617,7	0,37	120,46	53,95	1,05	74,61	345,43	161,68	4,96
Завтрак			47,66	26,6	24,92	71,75	617,7	0,37	120,46	53,95	1,05	74,61	345,43	161,68	4,96
612/04	Маринад овощной с томатом	75	5,68	1,18	7,58	7,95	104,75	0,05	119,7	6,36	0,31	22,6	43,76	26,06	0,64
ттк №-819	Жаркое из мякоти птицы	50/150	33,18	20,17	11,34	16,33	248,05	0,27	0,74	44,29	0,72	36,06	266,76	119,76	2,97
686/04	Чай с лимоном с печеньем "Со вкусом топленого молока"	200/7/36	6,65	2,97	5,73	32,56	193,71	0,00	0,02	3,3	0,02	8,15	10,01	5,36	0,87
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
Ср, 26 мая 21			74,34	22,65	13,52	77	520,26	0,52	2,22	14,41	0,4	220,61	424,54	114,61	7,52
Завтрак			74,34	22,65	13,52	77	520,26	0,52	2,22	14,41	0,4	220,61	424,54	114,61	7,52
	Огурец свежий порциями	75	10,03	0,61	0,08	1,91	10,79	0,02	0,01	7,65	0,08	17,6	32,13	10,71	0,46
ТТК-246н	Гречка "По-купечески" с говядиной	50/150	53,74	16,37	10,37	43,2	331,62	0,41	0,00	5,46	0,21	72,65	264,41	70,9	6,04
ттк №198н	Какао с молоком полусладкий	200	8,42	3,39	2,8	16,98	106,66	0,04	2,21	1,3	0,11	122,56	103,1	22,5	0,54
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
Чт, 27 мая 21			52,82	26,18	22,01	105,2	723,58	0,44	0,25	97,42	0,49	394,3	417,82	140,08	4,8
Завтрак			52,82	26,18	22,01	105,2	723,58	0,44	0,25	97,42	0,49	394,3	417,82	140,08	4,8
ТТК-637	Салат из свежей капусты с помидорами	75	6,57	1,57	3,45	4,11	53,77	0,03	0,23	50,44	0,14	40,7	28,29	15,81	0,63
ТТК-89н	Биточки рыбные "Морячка" с овощами (морк.припуш.)	75/15	21,75	13,86	7,39	7,86	153,39	0,02	0,00	3,1	0,14	41,88	0,00	22,9	1
520/04	Пюре картофельное	150	14,93	5,01	5,14	43,42	239,97	0,33	0,00	43,79	0,21	290,45	356,55	86,73	2,22
ттк№253н	Чай "Витаминный"полусл.с печеньем "Со вкусом топленого молока"	200/36	7,42	3,46	5,76	34,9	205,26	0,01	0,02	0,09	0,00	13,47	8,08	4,14	0,47
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
Пт, 28 мая 21			47,11	12,05	21	93,5	611,17	0,35	8,14	20,61	0,73	733,25	691,15	128,87	6,22
Завтрак			47,11	12,05	21	93,5	611,17	0,35	8,14	20,61	0,73	733,25	691,15	128,87	6,22
	Десерт фруктовый Яблоко-	173	16,47	0,69	0,69	15,57	71,28	0,05	0,09	17,3	0,35	28,89	19,03	13,84	3,46
1/04	Бутерброд с маслом	30/10	8,08	2,34	8,52	15	146,04	0,05	0,00	0,00	0,00	10	26,8	10,8	0,5
311/04	Каша молочная кукурузная с маслом	200/10	15,27	6,34	10,25	39,93	277,33	0,09	8,04	1,31	0,38	132,46	137,32	26,23	1,21
692/04	Кофейный напиток	200	7,29	2,68	1,54	23	116,52	0,16	0,01	2	0,00	561,9	508	78	1,05
Сб, 29 мая 21			39,35	29,51	23,92	69,19	610,02	0,19	0,28	53,45	1,59	107,93	144,17	65,64	5,03
Завтрак			39,35	29,51	23,92	69,19	610,02	0,19	0,28	53,45	1,59	107,93	144,17	65,64	5,03
ТТК № - 41н	Салат из свежей капусты с зеленью	75	6,67	1,43	3,82	7,46	69,94	0,02	0,28	51,9	0,2	53,63	29,91	17,17	0,57

ТТК-84н	Котлеты "Татарские" с овощами(морк.припуш.)	75/15	23,72	8,66	14,32	4,37	181	0,02	0,00	1,45	0,14	21,28	0,00	14,04	1,13
ТТК-446	Пюре из бобовых "Янтарное"	150	6,08	16,94	5,51	37,39	266,85	0,1	0,00	0,00	1,25	20,27	81,11	19,53	2,03
ТТК-475	Чай полусладкий	200	0,73	0,2	0,00	5,06	21,04	0,00	0,00	0,1	0,00	4,95	8,25	4,4	0,82
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
Итого			320,41	137,54	124,96	517,77	3 745,8	2,22	176,92	411,4	6,17	1 698,05	2 267,57	696,14	32,6

	Масса порции, гр	Цена, руб.	Пищевые вещества	Пищевые вещества	Пищевые вещества	Энерг. ценность (ккал)	Витамины (мг)	Витамины (мг)	Витамины (мг)	Витамины (мг)	Минеральные вещества	Минеральные вещества	Минеральные вещества	Минеральные вещества	
			ва (г)	ва (г)	ва (г)		В1	А	С	Е	Са	Р	Mg	Fe	
	Младшие	Младшие	Белки	Жиры	Углеводы	Младшие	Младшие	Младшие	Младшие	Младшие	Младшие	Младшие	Младшие	Младшие	Младшие
ИТОГО ЗА 6 дней		320,41	121,26	124,44	477,36	3 448,26	1,92	1,08	94,50	14,3	1 732,50	1 732,50	393,78	18,90	
В среднем в день:		53,40	20,21	20,74	79,56	574,71	0,32	0,18	15,75	2,38	288,75	288,75	65,63	3,15	

Генеральный директор

В.П. Гусева

Зам. директора по производству и качеству

Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам

А. Р. Хамидуллина

Зам. начальника производственного отдела

Ю.В. Будилова