

УТВЕРЖАЮ:
Директор ООО «Хэлфуд»

ОКОВА



СОГЛАСОВАНО:

СОГЛАСОВАНО
Директор ЛТОУ - Александровича Соловьева

U. U. Ulaganathan

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ НА 2025 УЧЕБНЫЙ ГОД ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ
ОРГАНИЗАЦИЯХ
ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ ПЕРИОД (1-ЫЙ ЗАВТРАК)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества,г			Калорийность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества,мг				
			белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
	1-ая неделя														
	1 день														
	1-ый завтрак														
173/2017	Каша вязкая пшеничная молочная со слив. маслом	200/3	8,64	9,24	38,64	312	0,13	0,9	18,6	0	146,77	2,2	14,8	2,1	
ТТК № 1	Чай полусладкий	200	0,2	0	5,06	21,04	0	0	0,1	0	5,05	8,25	4,4	0,84	
1/2017	Хлеб полусладкий	60	4,56	0,48	29,52	142,00	0,07	0	0	0,66	12	39	8,4	0,66	
	Итого:		10,93	8,9	42,77	358,7	0,18	0,87	18,6	0,66	25,6	63,33	34,93	2,92	
	2 день														
	1-ый завтрак														
181/2017	Каша манная молочная со слив. маслом	200/3	7,23	8,35	33,44	297,82	0,04	0	0,08	0	182	64,7	23,3	0,4	
ТТК № 1	Чай полусладкий	200	0,2	0	5,06	21,04	0	0	0,1	0	5,05	8,25	4,4	0,84	
1/2017	Хлеб полусладкий	60	4,56	0,48	29,52	142,00	0,07	0	0	0,66	12	39	8,4	0,66	
	Итого:		10,13	9,5	72,67	423,8	0,1	0,27	0,08	0,66	120,4	125,8	43,43	2,06	
	3 день														
	1-ый завтрак														
174/2017	Каша вязкая рисовая молочная со слив. маслом	200/3	6,21	10,85	42,95	294	0,06	0,96	0,06	1,4	130,67	118,2	18,8	0,6	
ТТК № 1	Чай полусладкий	200	0,2	0	5,06	21,04	0	0	0,1	0	5,05	8,25	4,4	0,84	

1/2017	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142,00	0,07	0	0	0,66	12	39	8,4	0,66
	Итого:		11,13	10,1	71,57	433,5	0,12	1,34	0,06	2,06	56	179,3	38,93	1,36
	4 день													
	1-ый завтрак													
173/2017	Каша вязкая пшеничная со слив. маслом	200/3	8,64	11,06	44,32	312	0,14	0,96	0,54	0,74	146,77	221,3	44,33	2,34
ТТК № 1	Чай полусладкий	200	0,2	0	5,06	21,04	0	0	0,1	0	5,05	8,25	4,4	0,84
1/2017	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142,00	0,07	0	0	0,66	12	39	8,4	0,66
	Итого:		10,93	77,3	42,77	358,7	0,18	0,87	18,6	0,66	25,6	63,33	34,93	2,92
	5 день													
	1-ый завтрак													
173/2017	Каша вязкая пшеничная молочная со слив. маслом	200/3	8,64	9,24	38,64	312	0,13	0,9	18,6	0	146,77	2,2	14,8	2,1
ТТК № 1	Чай полусладкий	200	0,2	0	5,06	21,04	0	0	0,1	0	5,05	8,25	4,4	0,84
1/2017	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142,00	0,07	0	0	0,66	12	39	8,4	0,66
	Итого:		14,13	8,9	92,77	509,8	0,29	0,37	0	3,56	27,7	61,23	20,43	2,01
№ рецептуры	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийность, ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг		
			белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe.
	2-ая неделя													
	1 день													
	1-ый завтрак													
181/2017	Каша манная молочная со слив. маслом	200/3	7,23	8,35	33,44	297,82	0,04	0	0,08	0	182	64,7	23,3	0,4
ТТК № 1	Чай полусладкий	200	0,2	0	5,06	21,04	0	0	0,1	0	5,05	8,25	4,4	0,84
1/2017	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142,00	0,07	0	0	0,66	12	39	8,4	0,66
	Итого:		10,13	9,5	72,67	423,8	0,1	0,27	0,08	0,66	119,6	125,8	43,43	2,06
	2 день													
	1-ый завтрак													
173/2017	Каша вязкая пшеничная со слив. маслом	200/3	8,64	11,06	44,32	312	0,14	0,96	0,54	0,74	146,77	221,3	44,33	2,34
ТТК № 1	Чай полусладкий	200	0,2	0	5,06	21,04	0	0	0,1	0	5,05	8,25	4,4	0,84
1/2017	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142,00	0,07	0	0	0,66	12	39	8,4	0,66
	Итого:		14,13	8,9	92,77	509,8	0,29	0,37	0	3,56	27,7	61,23	20,43	2,03
	3 день													
	1-ый завтрак													
174/2017	Каша вязкая рисовая молочная со слив. маслом	200/3	6,21	10,85	42,95	294	0,06	0,96	0,06	1,4	130,67	118,2	18,8	0,6
ТТК № 1	Чай полусладкий	200	0,2	0	5,06	21,04	0	0	0,1	0	5,05	8,25	4,4	0,84
1/2017	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142,00	0,07	0	0	0,66	12	39	8,4	0,66
	Итого:		12,63	12,1	115,57	506,3	0,11	0,29	1,4	1,56	125,3	179,3	38,93	1,36

[illegible]