

Примерное циклическое меню ООО "Надежда" на 2023 г.  
на организацию горячего питания учащихся  
Вид меню: вторая возрастная группа 12 лет и старше

Родительская плата - 67,00 руб.  
Субсидия из бюджета - 8,80 руб.  
**Итого 75,80 руб.**

1-я неделя / 1. понедельник														
Наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	Выход одного блюда, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (Ккал)	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
<b>Обед 12.00</b>														
Салат из свежей капусты и моркови	45	70	0,92	2,27	4,53	42,28	0,02	11,97	0,00	5,87	17,48	19,81	10,56	0,33
Борщ с капустой и картофелем	82	250	1,80	4,92	10,93	103,75	0,05	10,68	0,00	2,40	49,73	54,60	26,13	1,23
Котлета куриная рубленая с соусом	294/613	90/30	15,61	8,60	14,56	198,00	0,17	0,81	12,42	61,47	52,00	69,30	19,98	3,26
Каша гречн. рассып. с маслом	171	210	11,62	12,53	52,32	367,50	0,28	0,00	52,50	0,66	34,64	276,08	184,43	6,21
Чай с сахаром и яблоком	377	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	0,00	2,83	0,00	0,01	14,20	4,40	2,40	0,36
Батон "Гурицкий"	658	51	3,42	1,33	23,56	119,85	0,16	0,00	0,00	1,38	11,14	31,50	5,27	0,41
<b>Итого за день:</b>			<b>33,49</b>	<b>29,68</b>	<b>121,10</b>	<b>893,38</b>	<b>0,67</b>	<b>26,28</b>	<b>64,92</b>	<b>71,79</b>	<b>179,18</b>	<b>455,70</b>	<b>248,77</b>	<b>11,79</b>

2,5

3,6 4,1 3,8

1-я неделя / 2. Вторник														
Наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	Выход одного блюда, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (Ккал)	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
<b>Обед 12.00</b>														
Овощи натуральные свежие (огурцы)	71	80	0,56	0,08	1,52	9,60	0,03	3,92	0,00	0,08	13,60	24,00	11,20	0,40
Рассольник ленинградский	96	250	2,02	5,09	11,98	107,25	0,09	8,38	0,00	2,35	29,15	56,73	24,18	0,93
Шницель куриный	ТТК№5	80	16,64	6,16	9,04	158,40	0,02	0,00	16,00	1,42	5,13	67,90	12,24	1,08
Каша рисовая молочная с маслом	174	180	5,14	9,30	36,81	252,00	0,05	0,82	46,97	0,20	112,00	134,95	31,25	0,51
Чай с сахаром и лимоном	377	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	0,00	2,83	0,00	0,01	14,20	4,40	2,40	0,36
Батон "Гурицкий" (йодированный)	658	38	2,55	0,99	17,56	89,30	0,12	0,00	0,00	1,03	8,30	23,47	3,93	0,30
Кондитерское изделие без крема	-	40	2,68	3,02	28,82	153,20	0,06	0,00	16,00	0,48	7,90	29,99	11,12	0,57
<b>Итого за день:</b>			<b>29,72</b>	<b>24,66</b>	<b>120,93</b>	<b>831,75</b>	<b>0,38</b>	<b>15,95</b>	<b>78,97</b>	<b>5,57</b>	<b>190,28</b>	<b>341,43</b>	<b>96,32</b>	<b>4,16</b>

1,8

4,1 4,9 4,5