

Примерное циклическое меню ООО "Надежда" на 2023 г.
на организацию горячего питания учащихся из многодетных семей
Вид меню: учащиеся из многодетных семей.

Комплекс 1а
Субсидия из бюджета 67,63 руб.
Итого 67,63 руб.

1-я неделя / 1. понедельник															
№	Наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	Выход одного блюда, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. Цен. (К. кал.)	В1	С	А	Е	Са	P	Mg	Fe
1	2	3	4	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
Завтрак 9.00															
1	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
2	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
3	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
4	Чай с сахаром с яблоками	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
5	Батон "Туристский" (йодированный)	658	49	3,28	1,27	22,64	115,15	0,15	0,00	0,00	1,33	10,70	30,26	5,07	0,39
Итого по группе:				31,55	24,71	109,24	784,93	0,61	15,61	64,92	69,34	129,02	399,86	222,44	10,54

1-я неделя / 2. Вторник															
№	Наименование и краткая характеристика	Номер рецептуры	Выход одного блюда, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (Ккал)	В1	С	А	Е	Са	P	Mg	Fe
1	2	3	4	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
Завтрак 9.00															
1	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
2	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
3	Каша рисовая молоч. с маслом	174	200	5,71	10,33	40,90	280,00	0,06	0,91	52,19	0,22	124,45	149,94	34,72	0,57
5	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
5	Батон "Туристский" (йодированный)	658	21	1,41	0,55	9,70	49,35	0,07	0,00	0,00	0,57	4,59	12,97	2,17	0,17
6	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
Итого по группе:				27,13	20,16	105,19	712,55	0,24	7,66	84,19	2,79	169,86	289,20	73,86	3,15