

ОГЛАСОВАНО
 директор МБОУ *СШ №15*
В. В. Сурдолова



ОСНОВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ с 7 до 11 лет 1 смена

Наименование блюда	№ рецеп.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)									
							Са	Мг	Р	Fe	А.мг	Р-мг	Т.мг	В.мг	С.мг	
Неделя																
автрак	ТТК 516	100	8,53	14,10	0,00	149,78	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Солбаса отварная	ТТК 578	180	5,57	3,71	33,12	198,40	16,22	9,98	0,00	1,02	21,60	0,00	0,00	0,00	0,10	0,00
лакаронные изделия отварные цветные	ТТК 676	60	0,65	0,12	3,06	15,25	8,23	11,76	15,29	0,53	0,00	0,00	0,00	0,00	0,04	14,70
Томидор свежий дольками	ТТК 618	200	0,19	0,04	7,22	29,01	0,26	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Тай с сахаром	ТТК 1073	15	0,15	0,02	12,45	51,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Брускетные пастылки	ТТК 609	25	1,67	0,25	11,03	54,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ТТК 608	25	1,72	0,25	12,01	58,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб столичный из муки в/с	ТТК 608	25	1,72	0,25	12,01	58,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за прием		605	18,47	18,49	78,89	555,44	24,72	21,74	15,29	1,57	21,60	0,00	0,00	0,00	0,14	14,70
1 День																
Завтрак	ТТК 545/1	100	11,66	10,60	6,00	207,57	1,09	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Нагетсы из птицы	ТТК 587	150	2,20	5,75	29,83	155,37	26,80	2,25	0,00	1,37	28,80	0,00	0,00	0,00	0,13	12,11
Картофель тушеный	ТТК 673	35	0,35	0,03	2,04	8,65	7,70	7,92	14,77	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	1,05
Дрожная нарезка (отруби, морковь)	ТТК 613	200	0,00	0,00	9,08	24,51	0,26	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	9,00
Тай зеленый с сахаром	ТТК 669	90	0,36	0,36	10,44	45,81	14,40	8,10	9,90	1,98	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Бюлоко	ТТК 609	25	1,67	0,25	11,03	54,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ТТК 608	25	1,72	0,25	12,01	58,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб столичный из муки в/с	ТТК 608	25	1,72	0,25	12,01	58,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за прием		625	17,96	17,24	80,43	551,91	50,25	18,27	24,67	3,57	28,80	0,00	0,00	0,00	0,17	22,16
3 День																
Завтрак	ТТК 511	200	3,15	1,57	16,46	82,22	101,42	39,38	148,31	1,03	10,25	0,00	0,00	0,00	0,15	0,44
Каша пшеничная молочная	ТТК 657	5	0,04	3,63	0,07	33,03	1,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Масло сливочное	ТТК 1170	100	7,81	3,93	12,62	127,53	148,39	21,35	185,83	0,47	64,89	0,00	0,00	0,00	0,04	0,25
Запеканка из творога	ТТК 664	25	0,61	3,30	0,82	35,85	19,36	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,04
Сметана	ТТК 610	200	1,06	0,85	8,04	50,16	16,39	5,72	0,00	0,47	13,50	0,00	0,00	0,00	0,04	0,02
Какао с молоком	ТТК 1055	50	4,02	9,48	28,14	212,57	95,52	21,70	85,22	0,68	10,44	0,00	0,00	0,00	0,03	0,45
Сметанник	ТТК 608	25	1,67	0,25	11,03	54,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб столичный из муки в/с	ТТК 609	25	1,72	0,25	12,01	58,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ТТК 609	25	1,72	0,25	12,01	58,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за прием		630	20,08	23,26	89,18	653,36	382,27	88,15	419,36	2,69	99,08	0,00	0,00	0,00	0,26	1,20

УТВЕРЖДАЮ
 Генеральный директор МБОУ
 "Коллектив Школьного питания"
 Акционерное общество
 «Комбинат Школьного питания»
 86023157
 124880000

День		№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)						Витамины					
Наименование блюда								Са	Мг	Р	Fe	А, мг	РЭ, мкг	ТЭ, мг	В1, мг	С, мг			
1 День																			
2 Недели																			
Завтрак																			
Сосиски отварные		ТТК 518	100	7,98	13,68	36,80	129,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Макаронные изделия отварные цветные		ТТК 578	200	6,19	4,12	36,80	220,44	18,02	11,08	0,00	1,13	24,00	0,00	0,00	0,12	0,00			
Помидор свежий дольками		ТТК 676	50	0,54	0,10	2,55	12,71	6,86	9,80	12,74	0,44	0,00	0,00	0,00	0,03	12,25			
Чай с сахаром		ТТК 618	200	0,19	0,04	7,22	29,01	0,26	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Фруктовые пастилки		ТТК 1073	15	0,15	0,02	12,45	51,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки		ТТК 609	25	1,67	0,25	11,03	54,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Хлеб пшеничный из муки в/с		ТТК 608	25	1,72	0,25	12,01	58,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Итого за прием			615	18,44	18,46	118,86	554,16	25,15	20,88	12,74	1,60	24,00	0,00	0,00	0,15	12,25			
Среднеедневное значение за 1 неделю			641	18,93	19,50	77,45	557,27	120,86	72,75	167,54	4,03	103,79	7,83	0,03	12,44	18,61			
1 День																			
Завтрак																			
Жаркое по - Петровски		ТТК 520	250	15,68	13,17	18,10	222,45	35,60	41,38	285,75	5,87	393,50	0,00	0,00	0,27	18,95			
Томидор свежий дольками		ТТК 676	98	1,06	0,20	5,00	24,90	13,45	19,21	24,97	0,86	0,00	0,00	0,00	0,06	24,01			
Софейный напиток		ТТК 611	200	1,43	1,13	15,49	76,28	42,50	4,87	31,32	0,06	4,80	0,00	0,00	0,01	0,21			
Торс Фрукта		ТТК 1069	90	0,00	0,00	8,55	34,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки		ТТК 609	25	1,67	0,25	11,03	54,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Хлеб пшеничный из муки в/с		ТТК 608	25	1,72	0,25	12,01	58,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Итого за прием			688	21,55	15,00	70,17	469,83	91,55	65,46	342,04	6,79	398,30	0,00	0,00	0,34	43,17			
Среднеедневное значение за 1 неделю			641	18,93	19,50	77,45	557,27	120,86	72,75	167,54	4,03	103,79	7,83	0,03	12,44	18,61			

День															
Завтрак															
явобиччи мясные	ТТК 550/1	100	1,96	15,45	1,61	221,63	13,16	0,00	0,00	2,23	0,00	0,00	0,00	0,14	0,15
аша перловая рассыпчатая	ТТК 574	180	2,43	2,21	39,47	170,87	26,42	20,59	0,00	0,97	12,96	0,00	0,00	0,05	0,00
ашат из свежей капусты с огурцом	ТТК 678	80	1,14	1,45	5,66	46,68	29,34	10,34	22,23	0,41	0,00	0,00	0,00	0,02	11,44
ай зеленъий с сахаром	ТТК 613	200	0,00	0,00	9,08	24,51	0,26	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
леб столинчий из ржано-пшеничной муки	ТТК 609	25	1,67	0,25	11,03	54,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
леб пшеничный из муки в/с	ТТК 608	25	1,72	0,25	12,01	58,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за прием		610	18,92	19,61	78,86	575,69	69,18	30,93	22,23	3,63	12,96	0,00	0,00	0,21	11,59
День															
Завтрак															
аша молочная из смеси зерновых хлопьев	ТТК 506	120	4,65	2,75	15,50	104,08	56,78	6,49	41,54	0,06	6,34	0,00	0,00	0,02	0,27
ырники	ТТК 1193	90	12,73	10,21	24,14	244,44	0,86	0,00	0,00	0,31	0,00	0,00	0,00	0,04	0,00
боллоко стученное	ТТК 662	10	0,72	0,85	5,55	31,74	30,70	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,01	0,10
акао с молоком	ТТК 610	180	0,95	0,77	7,24	45,14	85,96	19,53	76,70	0,61	9,40	0,00	0,00	0,03	0,41
леб пшеничный из муки в/с	ТТК 608	25	1,72	0,25	12,01	58,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
руша	ТТК 665	100	0,40	0,30	13,10	50,69	19,00	12,00	16,00	2,30	0,00	0,00	0,00	0,02	5,00
Итого за прием		525	21,17	15,13	77,54	534,09	193,30	38,02	134,24	3,29	15,73	0,00	0,00	0,11	5,78
День															
Завтрак															
лив из индейки	ТТК 527	250	14,62	18,14	47,68	413,81	24,13	54,35	257,25	1,94	6,38	0,00	0,00	0,08	1,04
агат из свежих огурцов с картофелем и зеленым луком	ТТК 1194	75	0,92	7,50	4,12	60,47	17,90	12,35	0,00	0,52	0,00	0,00	0,00	0,05	11,10
ланиток Каркаде	ТТК 628	200	0,04	0,00	9,31	35,44	0,26	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
литъевой йогурт Актимуно	ТТК 1068	95	2,57	1,42	11,21	68,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000
леб столинчий из ржано-пшеничной муки	ТТК 609	25	1,67	0,25	11,03	54,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,000	0,00	0,00	0,000	0,000
леб пшеничный из муки в/с	ТТК 608	25	1,72	0,25	12,01	58,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за прием		670	21,54	27,56	95,36	690,12	42,29	66,70	257,25	2,49	6,38	0,00	0,00	0,12	12,14
5 День															
Завтрак															
зиннетрет овошной	ТТК 670	95	1,25	9,64	9,42	125,78	17,20	15,60	37,94	0,64	0,00	0,00	0,00	0,05	8,42
сыр плавленый "Дружба"	ТТК 1070	16	1,44	3,20	1,44	40,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
паста с филе индейки в сливочном соусе	ТТК 522	250	13,83	12,10	30,60	292,00	148,05	28,48	256,50	1,84	31,73	0,00	0,00	0,11	0,61
чай с лимоном	ТТК 614	200	0,23	0,39	7,09	27,80	2,55	0,69	0,00	0,08	0,00	0,00	0,00	0,00	1,04
фруктовая лента	ТТК 1072	15	0,00	0,00	12,15	48,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
батончик На здоровье пшенично-ржаной	ТТК 604	20	1,57	0,59	9,80	52,00	19,89	0,00	0,00	0,80	0,00	0,00	0,00	0,09	0,00
Хлеб пшеничный из муки в/с	ТТК 608	25	1,72	0,25	12,01	58,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за прием		621	20,04	26,17	82,51	643,58	187,69	44,76	294,44	3,36	31,73	0,00	0,00	0,25	10,07

