

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ



Директор

(должность)

Савицкая О.К.

(ФИО)

16.10.23

(дата)



Директор ООО "ТОПЯЧИЕ ПИРОГИ"

Слесарева Юлия Олеговна

16.10.2023 г.

Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория: * Ст. школьники 12 лет и старше
* мобилизованные

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ОБЕД	Суп картофельный с горохом	250	7,28	10,67	39,00	301,25	29/2
	Биточек из курицы с соусом	100	10,42	3,41	7,09	99,01	128
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,44	7,72	46,69	298,62	62
	Хлеб	30	2,28	1,68	14,79	63,6	Пром.
	Компот	200	0,08	0,00	10,62	40,44	184
	Фрукт сезонный	100	1,50	0,50	21,00	96	Пром.
ИТОГО ЗА ОБЕД		860	32,00	23,98	139,19	898,92	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		860	32,00	23,98	139,19	898,92	
День 2							
ОБЕД	Щи из свежей капусты со сметаной	250	4,12	13,88	7,07	169,2	22
	Котлета рыбная с соусом	100	9,45	5,40	9,81	124,26	92/1
	Рис отварной	180	4,64	5,67	48,10	261,94	64/1
	Компот	200	1,68	0,24	47,06	193,28	868
	Хлеб	30	2,28	1,68	14,79	63,6	Пром.
	Фрукт сезонный	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.
ИТОГО ЗА ОБЕД		860	22,57	27,27	136,63	859,28	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		860	22,57	27,27	136,63	859,28	
День 3							
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	4,00	9,93	12,45	163,45	23
	Жаркое по-домашнему	220	23,25	22,66	20,00	374	114
	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,62	10,12	9,75	135,88	9
	Хлеб	30	2,28	1,68	14,79	63,6	Пром.
	Компот	200	0,08	0,00	10,62	40,44	184
	Фрукт сезонный	100	1,50	0,50	21,00	96	Пром.
ИТОГО ЗА ОБЕД		900	32,73	44,89	88,61	873,37	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		900	32,73	44,89	88,61	873,37	
День 4							
ОБЕД	Рассольник домашний	250	4,35	14,10	15,45	205,55	25
	Тефтели из говядины с рисом и красным соусом	100	8,56	9,32	7,98	149,56	121/1
	Пюре картофельное	180	4,86	7,20	10,44	126	377
	Хлеб	30	2,28	1,68	14,79	63,6	Пром.
	Батон	20	1,52	1,12	9,92	55,8	Пром.
	Компот	200	1,68	0,24	47,06	193,28	868
	Фрукт сезонный	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.
ИТОГО ЗА ОБЕД		880	23,65	34,06	115,44	840,79	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		880	23,65	34,06	115,44	840,79	
День 5							
ОБЕД	Суп с вермишелью на курином бульоне	250	7,72	5,53	13,98	126	586а
	Курица тушеная с морковью	100	15,06	6,22	5,10	137,39	130
	Макароны отварные	180	7,02	6,30	42,73	255,46	59

	Хлеб	30	2,28	1,68	14,79	63,6	Пром.
	Компот	200	1,68	0,24	47,06	193,28	868
	Фрукт сезонный	100	1,50	0,50	21,00	96	Пром.
ИТОГО ЗА ОБЕД		860	35,26	20,47	144,66	871,73	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		860	35,26	20,47	144,66	871,73	
День 6							
ОБЕД	Суп картофельный с горохом	250	7,28	10,67	39,00	301,25	29/2
	Гуляш из мяса птицы	100	15,20	2,46	3,49	97,24	311
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,44	7,72	46,69	298,62	62
	Хлеб	30	2,28	1,68	14,79	63,6	Пром.
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,30	0,00	6,70	27,9	144
	Фрукт сезонный	100	1,50	0,50	21,00	96	Пром.
ИТОГО ЗА ОБЕД		860	37,00	23,03	131,67	884,61	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		860	37,00	23,03	131,67	884,61	
День 7							
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	270	4,32	10,72	13,45	176,53	23
	Биточек из курицы с соусом	100	10,42	3,41	7,09	99,01	128
	Картофельное пюре	180	3,96	6,53	26,14	179,86	69
	Горошек зеленый с яйцом	100	5,88	5,19	4,89	89,61	2/1
	Хлеб	30	2,28	1,68	14,79	63,6	Пром.
	Компот	200	1,68	0,24	47,06	193,28	868
	Фрукт сезонный	100	0,40	0,40	9,80	47	Пром.
ИТОГО ЗА ОБЕД		980	28,94	28,17	123,22	848,89	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		980	28,94	28,17	123,22	848,89	
День 8							
ОБЕД	Щи из свежей капусты со сметаной	270	4,45	14,99	7,64	182,74	22
	Макаронные отварные с сыром	200	11,98	9,62	42,16	302,78	61
	Винегрет с растительным маслом	100	1,24	10,16	7,34	126,69	17
	Хлеб	30	2,28	1,68	14,79	63,6	Пром.
	Компот	200	1,68	0,24	47,06	193,28	868
	Кондитерское изделие	20	0,40	0,66	15,46	70,8	Пром.
ИТОГО ЗА ОБЕД		820	22,03	37,35	134,45	939,89	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		820	22,03	37,35	134,45	939,89	
День 9							
ОБЕД	Рассольник домашний	250	4,35	14,10	15,45	205,55	25
	Котлета рыбная с соусом молочным натуральным	100	9,45	5,40	9,81	124,26	92/1
	Картофель отварной	180	3,67	7,34	28,91	196,81	69/2
	Хлеб	30	2,28	1,68	14,79	63,6	Пром.
	Компот	200	1,68	0,24	47,06	193,28	868
	Фрукт сезонный	100	1,50	0,50	21,00	96	Пром.
ИТОГО ЗА ОБЕД		860	22,93	29,26	137,02	879,5	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		860	22,93	29,26	137,02	879,5	
День 10							
ОБЕД	Суп молочный с макаронными изделиями	250	6,23	5,00	32,25	193,92	56/1
	Тефтели из говядины с рисом и красным соусом	100	8,56	9,32	7,98	149,56	121/1
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,44	7,72	46,69	298,62	62
	Компот	200	0,08	0,00	10,62	40,44	184
	Хлеб	30	2,28	1,68	14,79	63,6	Пром.
	Батон	20	1,52	1,12	9,92	55,8	Пром.
	Фрукт сезонный	100	0,50	0,50	9,75	47	Пром.
ИТОГО ЗА ОБЕД		880	29,61	25,34	132,00	848,94	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		880	29,61	25,34	132,00	848,94	
ИТОГО ЗА ВСЬ ПЕРИОД:		8760	286,73	294,14	1282,46	8746,38	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		876	28,67	29,41	128,25	874,64	