

Меню обедов для учащихся 1-11 классов. Для БОУ СОО-83
для детей диабетом

на период 03.02.25 - 01.03.25

Тип меню: ПФМ

	9085	Цена по раскладке по аукциону	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
Понедельник 03.02.25								
Обед								
1	Закуска овощная из овощной смеси		147/2018	100	0,182	0,005	0,424	47,515
2	Рисовый суп с курицей (по рецепту)		262/1898	200 (160/40)	12,742	17,110	22,630	290,270
3	Хлеб пшеничный		ТПП	20	1,520	0,180	0,940	45,240
4	Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0,200	0,000	0,000	1,515
	Итого за Обед:	90,00 р.		420	14,614	22,295	33,141	384,506
	Итого за день:	90,00 р.		520	14,614	22,295	33,141	384,806
Вторник 04.02.25								
Обед								
1	Закуска овощная с курицей		195/1958	100	2,153	0,551	0,909	148,690
2	Рисовый суп с курицей и картофелем (по рецепту)		262/1898	200 (160/40)	4,300	7,652	12,515	136,440
3	Хлеб пшеничный		ТПП	20	1,520	0,180	0,940	45,240
4	Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0,200	0,000	0,000	1,515
	Итого за Обед:	90,00 р.		620	8,173	17,563	35,833	329,848
	Итого за день:	90,00 р.		620	8,173	17,563	35,833	329,848
Среда 05.02.25								
Обед								
1	Салат из овощей с курицей		54-135	50	0,837	2,495	5,126	45,759
2	Рисовый суп с курицей и картофелем (по рецепту)		262/1898	100 (50/50)	18,952	3,094	4,770	165,615
3	Картофельное пюре на сливочном масле с мясом		946/2/1998г.	135 (131/4)	2,872	3,029	23,110	120,901
4	Хлеб пшеничный		ТПП	20	1,520	0,180	0,940	45,240
5	Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0,200	0,000	0,000	1,515
	Итого за Обед:	90,00 р.		605	18,769	15,691	43,013	381,073
	Итого за день:	90,00 р.		605	18,769	15,691	43,013	381,073
Четверг 06.02.25								
Обед								
1	Морковь тушеная с мясом в сметанном соусе		374/2011	50	0,793	1,450	4,200	32,430
2	Рисовый суп с курицей и картофелем (по рецепту)		262/1898	200 (160/40)	4,079	7,634	0,384	115,954
3	Фруктовый салат		508/2022	80 (40/40)	10,677	12,410	6,189	174,077
4	Макаронный суп с курицей и мясом		945/3/1998г.	32 (30/2)	3,004	1,003	18,178	105,031
5	Хлеб пшеничный		ТПП	20	1,520	0,180	0,940	45,240
6	Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0,200	0,000	0,000	1,515
	Итого за Обед:	90,00 р.		612	20,213	23,657	47,978	482,742
	Итого за день:	90,00 р.		612	20,213	23,657	47,978	482,742
Пятница 07.02.25								
Обед								
1	Закуска овощная из овощной смеси		147/2018	50	0,141	0,507	0,462	35,380
2	Рисовый суп с курицей и картофелем (по рецепту)		262/1898	200 (160/40)	15,629	18,077	32,512	347,330
3	Хлеб пшеничный		ТПП	20	1,520	0,180	0,940	45,240
4	Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0,200	0,000	0,000	1,515
	Итого за Обед:	90,00 р.		520	18,490	21,558	45,819	429,431
	Итого за день:	90,00 р.		520	18,490	21,558	45,819	429,431
Суббота 08.02.25								
Обед								
1	Рисовый суп с курицей и картофелем (по рецепту)		262/1898	200 (160/40)	4,300	7,652	12,515	136,440
2	Курица с рисом и картофелем (по рецепту)		ТПП	200 (160/40)	16,341	14,359	23,930	294,922
3	Хлеб пшеничный		ТПП	20	1,520	0,180	0,940	45,240
4	Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0,200	0,000	0,000	1,515
	Итого за Обед:	90,00 р.		620	21,061	22,891	46,387	488,087
	Итого за день:	90,00 р.		620	21,061	22,891	46,387	488,087
Понедельник 12.02.25								
Обед								
1	Рисовый суп с курицей и картофелем (по рецепту)		262/1898	200 (160/40)	4,300	7,652	12,515	136,440
2	Курица с рисом и картофелем (по рецепту)		111/1453/1998г.	120 (90/30)	13,443	11,698	12,939	212,172
3	Хлеб пшеничный		ТПП	20	1,520	0,180	0,940	45,240
4	Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0,200	0,000	0,000	1,515
	Итого за Обед:	90,00 р.		540	19,463	19,730	35,183	395,267
	Итого за день:	90,00 р.		540	19,463	19,730	35,183	395,267
Вторник 13.02.25								
Обед								
1	Салат из овощей с курицей		54-135	50	0,843	2,725	4,514	45,985

2	Рыба тушеная в томате с овощами (филе горбуши)	840/3*908	100(50/50)	13,362	9,564	4,770	158,515
3	Картофель жареный на масле, молоко с маслом	840/2*1895	135(131/4)	2,872	3,528	23,110	130,557
4	Хлеб пшеничный	ТПП	20	1,620	0,180	9,940	45,200
5	Чай без сахара	1203/3*1988	200	0,200	0,000	0,068	1,518
Итого за Обед:	90,00 р.		505	18,003	16,028	42,803	381,802
Итого за день:	90,00 р.		505	18,003	16,028	42,803	381,802
Среда 12.02.25 Обед							
1	Закуска овощная из замороженной капусты	1030/3*1988	50	0,803	2,504	5,103	45,702
2	Паста сливочная с говядиной	408/3*1895	200	14,851	24,252	31,301	401,085
3	Хлеб пшеничный	ТПП	20	1,520	0,180	9,940	45,200
4	Чай без сахара	1203/3*1988	200	0,200	0,000	0,068	1,518
Итого за Обед:	90,00 р.		470	17,354	26,916	46,898	403,508
Итого за день:	90,00 р.		470	17,354	26,916	46,898	403,508
Четверг 13.02.25 Обед							
1	Шницель свиной с картофелем и курицей бульон (с сметаной)	282/3*1988	200(196/4)	6,078	7,854	8,394	118,984
2	Резь овощная с мясом птицы (филе курицы)	867/3*1988	230(160/40)	12,750	16,779	24,903	296,777
3	Хлеб пшеничный	ТПП	20	1,520	0,180	9,940	45,200
4	Чай без сахара	1203/3*1988	200	0,200	0,000	0,068	1,518
Итого за Обед:	90,00 р.		620	18,557	24,783	43,288	461,779
Итого за день:	90,00 р.		620	18,557	24,783	43,288	461,779
Пятница 14.02.25 Обед							
1	Закуска овощная с картофелем	108/3*1988	25	0,520	2,388	3,327	30,873
2	Каша гречневая с мясом птицы (филе курицы)	ТПП	200(160/40)	16,128	13,386	24,570	277,158
3	Хлеб пшеничный	ТПП	20	1,520	0,180	9,940	45,200
4	Чай без сахара	1203/3*1988	200	0,200	0,000	0,068	1,518
Итого за Обед:	90,00 р.		445	18,386	15,954	37,908	360,558
Итого за день:	90,00 р.		445	18,386	15,954	37,908	360,558
Суббота 16.02.25 Обед							
1	Суп картофельный на курином бульоне	247/3*1988	200	3,758	4,202	16,186	113,948
2	Капуста тушеная с мясом	440/3*1988	200(160/40)	14,908	18,361	19,308	249,365
3	Хлеб пшеничный	ТПП	20	1,520	0,180	9,940	45,200
4	Чай без сахара	1203/3*1988	200	0,200	0,000	0,068	1,518
Итого за Обед:	90,00 р.		620	20,394	23,183	45,58	409,658
Итого за день:	90,00 р.		620	20,394	23,183	45,58	409,658
Понедельник 17.02.25 Обед							
1	Закуска овощная из замороженной капусты	147/3*1988	100	0,163	5,006	0,484	47,518
2	Жареное куриное филе (филе курицы)	820/3*1988	200(160/40)	12,742	17,110	22,634	289,278
3	Хлеб пшеничный	ТПП	20	1,520	0,180	9,940	45,200
4	Чай без сахара	1203/3*1988	200	0,200	0,000	0,068	1,518
Итого за Обед:	90,00 р.		520	14,614	22,295	33,141	384,558
Итого за день:	90,00 р.		520	14,614	22,295	33,141	384,558
Вторник 18.02.25 Обед							
1	Закуска овощная с картофелем	108/3*1988	100	2,153	9,651	15,309	148,630
2	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне (с сметаной)	282/3*1988	200(196/4)	4,900	7,852	12,515	135,440
3	Хлеб пшеничный	ТПП	20	1,520	0,180	9,940	45,200
4	Чай без сахара	1203/3*1988	200	0,200	0,000	0,068	1,518
Итого за Обед:	90,00 р.		520	8,173	17,583	35,833	329,848
Итого за день:	90,00 р.		520	8,173	17,583	35,833	329,848
Среда 19.02.25 Обед							
1	Салат из овощей с мясом	54/3*1988	50	0,807	2,495	0,138	45,554
2	Рыба тушеная в томате с овощами (филе горбуши)	840/3*1988	100(50/50)	13,362	9,564	4,770	158,515
3	Картофель жареный на масле, молоко с маслом	840/2*1895	135(131/4)	2,872	3,528	23,110	130,581
4	Хлеб пшеничный	ТПП	20	1,520	0,180	9,940	45,200
5	Чай без сахара	1203/3*1988	200	0,200	0,000	0,068	1,518
Итого за Обед:	90,00 р.		505	18,761	15,801	43,015	381,073
Итого за день:	90,00 р.		505	18,761	15,801	43,015	381,073
Четверг 20.02.25 Обед							
1	Морковь тушеная в сметанном соусе	364/2*1988	50	0,788	1,460	4,200	32,433
2	Пюре из картофеля с картофелем на курином бульоне (с сметаной)	282/3*1988	200(196/4)	4,075	7,854	8,394	118,984
3	Финиксы из курицы	886/2*1988	80(80/2)	10,877	12,410	5,199	129,700
4	Мороженое из сливок с сахаром с маслом	640/3*1988	80(80/2)	3,034	1,808	19,770	105,351
5	Хлеб пшеничный	ТПП	20	1,520	0,180	9,940	45,200
6	Чай без сахара	1203/3*1988	200	0,200	0,000	0,068	1,518
Итого за Обед:	90,00 р.		632	20,213	23,687	47,678	482,242
Итого за день:	90,00 р.		632	20,213	23,687	47,678	482,242
Пятница 21.02.25 Обед							
1	Закуска овощная из замороженной капусты	147/2*1988	50	0,141	2,507	3,092	35,390
2	Резь овощная с мясом птицы (филе курицы)	867/3*1988	250(200/40)	13,629	18,877	22,012	247,336

Средняя норма		ПП	20	1,520	3,180	8,940	45,200
Чай без сахара		1203/3/1998г.	300	0,260	0,000	0,000	1,518
Итого за Обед:	90,00 р.		520	15,48	21,588	45,613	429,431
Итого за день:	90,00 р.		520	15,48	21,588	45,613	429,431
Суббота 22.02.25							
Обед							
1 Борщ, с мясом и картофелем на курином бульоне (со сметаной)		262/1995	230 (196/4)	4,300	7,862	12,518	136,440
2 Капуста протертая с курицей по-купечески		ПТК	200 (160/40)	15,061	14,568	23,503	294,702
3 Хлеб пшеничный		ПП	20	1,520	0,180	0,940	45,200
4 Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0,260	0,000	0,000	1,518
Итого за Обед:	90,00 р.		620	21,081	22,590	46,061	463,08
Итого за день:	90,00 р.		620	21,081	22,590	46,061	463,08
Понедельник 24.02.25							
Обед							
1 Борщ, с мясом и картофелем на курином бульоне (со сметаной)		262/1995	200 (196/4)	4,300	7,862	12,518	136,440
2 Картофель (или свекла) "на натуральном" масле и сметане соусом с лимон		ПП-1045/3/1998	120 (60/30)	15,148	11,888	12,036	212,132
3 Хлеб пшеничный		ПП	20	1,520	0,180	0,940	45,200
4 Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0,260	0,000	0,000	1,518
Итого за Обед:	90,00 р.		540	19,488	19,73	35,183	395,29
Итого за день:	90,00 р.		540	19,488	19,73	35,183	395,29
Вторник 25.02.25							
Обед							
1 Салат из свежих овощей с сыром		3-108	30	0,849	2,725	4,614	45,885
2 Рыба тушеная с помидорами и картофелем "по-русски"		6403/1995	100 (50/50)	15,852	9,594	4,770	185,518
3 Картофельное пюре на масле, молоко с маслом		6462/1995	135 (18/14)	2,872	3,629	20,110	133,681
4 Хлеб пшеничный		ПП	20	1,520	0,180	0,940	45,200
5 Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0,260	0,000	0,000	1,518
Итого за Обед:	90,00 р.		565	18,503	18,528	42,593	381,612
Итого за день:	90,00 р.		565	18,503	18,528	42,593	381,612
Среда 26.02.25							
Обед							
1 Закуска овощная из запеченной капусты		1203/3/1998	50	0,863	2,204	3,103	45,762
2 Паста сливочная с говядиной		406/1022	200	14,831	24,250	31,589	401,095
3 Хлеб пшеничный		ПП	20	1,520	0,180	0,940	45,200
4 Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0,260	0,000	0,000	1,518
Итого за Обед:	90,00 р.		470	17,334	26,316	46,896	493,568
Итого за день:	90,00 р.		470	17,334	26,316	46,896	493,568
Четверг 27.02.25							
Обед							
1 Суп из свежих овощей с картофелем на курином бульоне (со сметаной)		262/1998	230 (196/4)	4,079	7,234	8,384	116,901
2 Рыбное филе с овощами и картофелем "по-русски"		887/3/1998	200 (160/40)	12,769	18,770	24,583	208,077
3 Хлеб пшеничный		ПП	20	1,520	0,180	0,940	45,200
4 Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0,260	0,000	0,000	1,518
Итого за Обед:	90,00 р.		620	18,557	26,793	43,268	461,779
Итого за день:	90,00 р.		620	18,557	26,793	43,268	461,779
Пятница 28.02.25							
Обед							
1 Закуска овощная с помидорами		198/1995	25	0,538	2,350	3,327	35,678
2 Капуста протертая с мясом по-купечески		ПТК	200 (160/40)	16,178	13,368	24,570	277,168
3 Хлеб пшеничный		ПП	20	1,520	0,180	0,940	45,200
4 Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0,260	0,000	0,000	1,518
Итого за Обед:	90,00 р.		445	18,386	15,954	37,908	360,559
Итого за день:	90,00 р.		445	18,386	15,954	37,908	360,559
Суббота 01.03.25							
Обед							
1 Суп картофельный на курином бульоне		247/2007	200	3,768	4,292	18,196	111,946
2 Капуста тушеная с мясом		4403/1995	200 (160/40)	11,800	12,801	13,865	295,935
3 Хлеб пшеничный		ПП	20	1,520	0,180	0,940	45,200
4 Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0,260	0,000	0,000	1,518
Итого за Обед:	90,00 р.		620	20,348	23,183	45,58	459,819
Итого за день:	90,00 р.		620	20,348	23,183	45,58	459,819
Итого за Обед:	2160,00 р.		13034	422,75	500,236	1086,562	13055,674
Итого за период:	2160,00 р.		13034	422,75	500,236	1086,562	13055,674
Среднее за период:	90,00 р.		543,98	17,61	21,84	41,8	418,39
Среднее за период:				1	1,183	2,379	

Примечание:

Директор

Сек. адм.:

Калькулятор