

С. Черныш Л.Т.

Меню завтраков для учащихся 5-11 классов.
Для БОУ *Сосси-83*
для детей участников СВО



на период 09.01.25 - 18.01.25

Тип меню: П/Ф М

	9501	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Четверг 09.01.25								
Завтрак								
1	Сыр п/твердых сортов порционный		54-1з-2020	10	2.680	2.730	0.000	36.100
2	Тефтели(биточки) "Натуральные"(в) тушеные в сметанном соусе с томатом		ТПП/1045/3/1998	110(90/20)	13.299	10.632	12.126	199.755
3	Гречка отварная с маслом		931/3/1998.	150(146/4)	8.526	5.125	38.545	234.075
4	Хлеб пшеничный		ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
5	Чай с малиной с сахаром		54-13гн-2020	200(178/12/10)	0.296	0.000	11.129	46.338
6	Пряник в индивидуальной упаковке		ТПП	30(1 шт.)	1.881	1.485	24.651	118.470
	Итого за Завтрак:	90.00 р.		550	30.482	20.422	111.301	747.738
	Итого за день:	90.00 р.		550	30.482	20.422	111.301	747.738
Пятница 10.01.25								
Завтрак								
1	Котлета куриная(в) тушеная в томатном соусе*		ТПП/1029/3/1998	110(90/20)	13.606	12.181	12.609	214.478
2	Рис отварной с маслом		934/3/1998.	150(147/3)	3.736	2.705	39.275	196.393
3	Хлеб пшеничный		ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
4	Чай с сахаром		54-2гн-2020	200(193/7)	0.200	0.000	7.055	29.448
5	Печенье шоколадное в индивидуальной упаковке		ТПП	40(1/40)	2.170	9.415	19.880	173.600
	Итого за Завтрак:	90.00 р.		550	23.512	24.751	103.669	726.919
	Итого за день:	90.00 р.		550	23.512	24.751	103.669	726.919
Суббота 11.01.25								
Завтрак								
1	Гуляш из говядины		827/3/98.	90(40/50)	11.977	14.078	6.519	194.761
2	Картофель отварной, с маслом		423/3/1998.	180(175/5)	3.657	3.806	35.689	183.142
3	Хлеб пшеничный		ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
4	Печенье апельсиновое в индивидуальной упаковке		ТПП	35(1/35)	2.170	9.415	19.880	173.600
5	Чай с вишней с сахаром		54-13гн-2020	200(178/12/10)	0.296	0.000	11.405	47.298
	Итого за Завтрак:	90.00 р.		565	22.66	27.839	103.313	734.401
	Итого за день:	90.00 р.		565	22.66	27.839	103.313	734.401
Понедельник 13.01.25								
Завтрак								
1	Сыр п/твердых сортов порционный		54-1з-2020	10	2.680	2.730	0.000	36.100
2	Сосиски отварные(вес) с маслом		715/1998.	105(100/5)	0.853	5.517	0.260	55.605
3	Макаронные изделия отварные с маслом*		940/2/1998.	150(147/3)	5.514	2.824	35.227	188.533
4	Хлеб пшеничный		ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
5	Чай с лимоном, с сахаром		54/3гн/2020	200(186/7/7)	0.283	0.000	7.265	31.828
6	Пряник в индивидуальной упаковке		ТПП	30(1 шт.)	1.881	1.485	24.651	118.470
	Итого за Завтрак:	90.00 р.		550	15.371	13.051	94.738	554.836
	Итого за день:	90.00 р.		550	15.371	13.051	94.738	554.836
Вторник 14.01.25								
Завтрак								
1	Котлета куриная(в) тушеная в томатном соусе*		ТПП/1029/3/1998	120(90/30)	13.724	12.389	13.384	219.906
2	Гречка отварная с маслом		931/3/1998.	180(176/4)	10.277	5.583	45.481	276.881
3	Хлеб пшеничный		ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
4	Чай с сахаром		54-2гн-2020	200(193/7)	0.200	0.000	7.055	29.448
	Итого за Завтрак:	90.00 р.		555	28.381	18.467	94.255	650.535

Итого за день:		90.00 р.	555	28.381	18.467	94.255	650.535	
Среда 15.01.25								
Завтрак								
1	Плов с курицей(филе курицы)*		893/2/1998.	250(205/45)	16.782	20.658	55.294	473.805
2	Хлеб пшеничный		ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
3	Чай с вишней с сахаром		54-13гн-2020	200(178/12/10)	0.296	0.000	11.405	47.298
4	Корж молочный в индивидуальной упаковке		ТПП	45(1/45)	3.450	6.150	32.600	229.000
Итого за Завтрак:		90.00 р.		550	24.708	27.303	126.634	874.403
Итого за день:		90.00 р.		550	24.708	27.303	126.634	874.403
Четверг 16.01.25								
Завтрак								
1	Тефтели(биточки) "Натуральные"(в) тушеные в томатном соусе*		ТПП/1029/3/1998	120(90/30)	13.267	9.521	12.595	191.357
2	Картофель отварной, с маслом		423/3/1998.	180(176/4)	3.669	3.082	35.880	177.390
3	Хлеб пшеничный		ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
4	Чай с лимоном, с сахаром		54/3гн/2020	200(186/7/7)	0.263	0.000	7.265	31.828
Итого за Завтрак:		90.00 р.		560	21.759	13.143	85.56	536.175
Итого за день:		90.00 р.		560	21.759	13.143	85.56	536.175
Пятница 17.01.25								
Завтрак								
1	Котлета куриная(в) тушеная в томатном соусе*		ТПП/1029/3/1998	110(90/20)	13.606	12.181	12.609	214.478
2	Макаронные изделия отварные с маслом*		940/2/1998.	150(147/3)	5.514	2.824	35.227	188.533
3	Хлеб пшеничный		ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
4	Чай с сахаром		54-2гн-2020	200(193/7)	0.200	0.000	7.055	29.448
5	Печенье апельсиновое в индивидуальной упаковке		ТПП	35(1/35)	2.170	9.415	19.880	173.600
Итого за Завтрак:		90.00 р.		550	25.67	24.915	102.106	730.359
Итого за день:		90.00 р.		550	25.67	24.915	102.106	730.359
Суббота 18.01.25								
Завтрак								
1	Фрикасе из курицы		599/2022	90(45/45)	12.012	13.961	6.973	201.460
2	Рис отварной с маслом		934/3/1998.	150(147/3)	3.736	2.705	39.275	196.393
3	Хлеб пшеничный		ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
4	Чай с вишней с сахаром		54-13гн-2020	200(178/12/10)	0.296	0.000	11.405	47.298
5	Блинчики		ТПП	50	3.201	4.415	19.502	130.582
6	Повидло		ТПП	10	0.040	0.000	6.530	24.700
7	Фрукт свежий: Яблоко		ТПП	140	0.560	0.000	15.820	64.400
Итого за Завтрак:		90.00 р.		670	22.125	21.351	114.415	732.633
Итого за день:		90.00 р.		670	22.125	21.351	114.415	732.633
ИТОГО ЗА Завтрак:		810.00 р.		5100	214.668	191.242	935.991	6287.999
ИТОГО ЗА ПЕРИОД:		810.00 р.		5100	214.668	191.242	935.991	6287.999
СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД:		90.00 р.		425	23.85	21.25	104	698.67
СООТНОШЕНИЕ:					1	0.891	4.361	

Примечание:

Директор _____

Зав. произв. _____

Калькулятор _____

Меню завтраков для учащихся 5-11 классов. Для БОУ *соест-83*
 2 вариант
 для детей с ОВЗ

на период 20.01.25 - 01.02.25

Тип меню: П/Ф М

	9574	Цена по результатам аукциона	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Понедельник 20.01.25								
Завтрак								
1	Сыр п/твердых сортов порционный		54-1з-2020	10	2.680	2.730	0.000	36.100
2	Сосиски отварные(вес) с маслом		715/1998.	105(100/5)	0.853	5.517	0.260	55.605
3	Макаронные изделия отварные с маслом*		940/2/1998.	150(147/3)	5.514	2.824	35.227	188.533
4	Хлеб пшеничный		ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
5	Чай с лимоном, с сахаром		54/3гн/2020	200(186/7/7)	0.263	0.000	7.265	31.828
6	Пряник в индивидуальной упаковке		ТПП	30(1 шт.)	1.881	1.485	24.651	118.470
Итого за Завтрак:		96.32 р.		550	15.371	13.051	94.738	554.836
Итого за день:		96.32 р.		550	15.371	13.051	94.738	554.836
Вторник 21.01.25								
Завтрак								
1	Плов с курицей(филе курицы)*		693/2/1998.	250(200/50)	17.893	21.692	54.004	482.381
2	Хлеб пшеничный		ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
3	Чай с сахаром		54-2гн-2020	200(193/7)	0.200	0.000	7.055	29.448
4	Корж молочный в индивидуальной упаковке		ТПП	45(1/45)	3.450	6.150	32.600	228.000
Итого за Завтрак:		96.32 р.		550	25.723	28.337	120.994	865.129
Итого за день:		96.32 р.		550	25.723	28.337	120.994	865.129
Среда 22.01.25								
Завтрак								
1	Запеканка творожная(п/ф)		ТТК	150	27.716	9.991	22.390	295.112
2	Соус клубничный*		1090/98.	20	0.038	0.000	8.349	34.048
3	Хлеб пшеничный		ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
4	Чай с черникой с сахаром		54-13гн-2020	200(178/12/10)	0.200	0.000	10.049	41.418
5	Фрукт свежий: Яблоко		ТПП	140	0.560	0.000	15.820	64.400
Итого за Завтрак:		96.32 р.		560	32.314	10.441	81.458	547.978
Итого за день:		96.32 р.		560	32.314	10.441	81.458	547.978
Четверг 23.01.25								
Завтрак								
1	Сыр п/твердых сортов порционный		54-1з-2020	10	2.680	2.730	0.000	36.100
2	Тефтели(биточки) "Натуральные"(в) тушеные в сметанном соусе с томатом		ТПП/1045/3/1998	110(90/20)	13.299	10.632	12.126	199.755
3	Гречка отварная с маслом		931/3/1998.	150(146/4)	8.526	5.125	38.545	294.075
4	Хлеб пшеничный		ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
5	Чай с малиной с сахаром		54-13гн-2020	200(178/12/10)	0.296	0.000	11.129	46.338
6	Пряник в индивидуальной упаковке		ТПП	30(1 шт.)	1.881	1.485	24.651	118.470
Итого за Завтрак:		96.32 р.		550	30.482	20.422	111.301	747.738
Итого за день:		96.32 р.		550	30.482	20.422	111.301	747.738
Пятница 24.01.25								
Завтрак								
1	Котлета куриная(в) тушеная в томатном соусе*		ТПП/1029/3/1998	110(90/20)	13.608	12.181	12.609	214.478
2	Рис отварной с маслом		934/3/1998.	150(147/3)	3.736	2.705	39.275	196.393
3	Хлеб пшеничный		ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
4	Чай с сахаром		54-2гн-2020	200(193/7)	0.200	0.000	7.055	29.448
5	Печенье шоколадное в индивидуальной упаковке		ТПП	40(1/40)	2.170	9.415	19.880	173.600
Итого за Завтрак:		96.32 р.		550	23.512	24.751	103.669	726.919
Итого за день:		96.32 р.		550	23.512	24.751	103.669	726.919
Суббота 25.01.25								
Завтрак								
1	Гуляш из говядины		827/3/98.	90(40/50)	11.977	14.078	6.519	194.761
2	Картофель отварной, с маслом		423/3/1998.	180(175/5)	3.657	3.806	35.689	183.142
3	Хлеб пшеничный		ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
4	Печенье апельсиновое в индивидуальной упаковке		ТПП	35(1/35)	2.170	9.415	19.880	173.600
5	Чай с вишней с сахаром		54-13гн-2020	200(178/12/10)	0.296	0.000	11.405	47.298
Итого за Завтрак:		96.32 р.		565	22.666	27.839	103.313	734.401
Итого за день:		96.32 р.		565	22.666	27.839	103.313	734.401

Понедельник 27.01.25								
Завтрак								
1	Сыр п/твердых сортов порционный	54-1а-2020	10	2.680	2.730	0.000	36.100	
2	Соуски отварные(вес) с маслом	715/1998.	105(100/5)	0.653	5.517	0.260	55.605	
3	Макаронные изделия отварные с маслом*	940/2/1998.	150(147/3)	5.514	2.824	35.227	188.533	
4	Хлеб пшеничный	ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300	
5	Чай с лимоном, с сахаром	54/3гн/2020	200(186/7/7)	0.263	0.000	7.265	31.828	
6	Пряник в индивидуальной упаковке	ТПП	30(1 шт.)	1.881	1.485	24.651	118.470	
Итого за Завтрак:		96.32 р.	550	15.371	13.051	94.738	554.836	
Итого за день:		96.32 р.	550	15.371	13.051	94.738	554.836	
Вторник 28.01.25								
Завтрак								
1	Котлета куриная(в) тушеная в томатном соусе*	ТПП/1029/3/1998	120(90/30)	13.724	12.389	13.384	219.906	
2	Гречка отварная с маслом	931/3/1998.	180(176/4)	10.277	5.583	46.481	276.881	
3	Хлеб пшеничный	ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300	
4	Чай с сахаром	54-2гн-2020	200(193/7)	0.200	0.000	7.055	29.448	
Итого за Завтрак:		96.32 р.	555	28.381	18.467	94.255	650.535	
Итого за день:		96.32 р.	555	28.381	18.467	94.255	650.535	
Среда 29.01.25								
Завтрак								
1	Плов с курицей(филе курицы)*	993/2/1998.	250(205/45)	16.782	20.658	55.294	473.805	
2	Хлеб пшеничный	ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300	
3	Чай с вишней с сахаром	54-13гн-2020	200(178/12/10)	0.296	0.000	11.405	47.298	
4	Корж молочный в индивидуальной упаковке	ТПП	45(145)	3.450	6.150	32.600	229.000	
Итого за Завтрак:		96.32 р.	550	24.708	27.303	126.634	874.403	
Итого за день:		96.32 р.	550	24.708	27.303	126.634	874.403	
Четверг 30.01.25								
Завтрак								
1	Тефтели(биточки) "Натуральные"(в) тушеные в томатном соусе*	ТПП/1029/3/1998	120(90/30)	13.267	9.521	12.585	191.357	
2	Картофель отварной, с маслом	423/3/1998.	180(176/4)	3.669	3.082	35.880	177.390	
3	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600	
4	Чай с лимоном, с сахаром	54/3гн/2020	200(186/7/7)	0.263	0.000	7.265	31.828	
Итого за Завтрак:		96.32 р.	560	21.759	13.143	85.56	536.175	
Итого за день:		96.32 р.	560	21.759	13.143	85.56	536.175	
Пятница 31.01.25								
Завтрак								
1	Котлета куриная(в) тушеная в томатном соусе*	ТПП/1029/3/1998	110(90/20)	13.606	12.181	12.609	214.478	
2	Макаронные изделия отварные с маслом*	940/2/1998.	150(147/3)	5.514	2.824	35.227	188.533	
3	Хлеб пшеничный	ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300	
4	Чай с сахаром	54-2гн-2020	200(193/7)	0.200	0.000	7.055	29.448	
5	Печенье апельсиновое в индивидуальной упаковке	ТПП	35(1/35)	2.170	9.415	19.880	173.600	
Итого за Завтрак:		96.32 р.	550	25.67	24.915	102.106	730.359	
Итого за день:		96.32 р.	550	25.67	24.915	102.106	730.359	
Суббота 01.02.25								
Завтрак								
1	Фрикасе из курицы	599/2022	90(45/45)	12.012	13.961	6.973	201.460	
2	Рис отварной с маслом	934/3/1998.	150(147/3)	3.736	2.705	39.275	196.393	
3	Хлеб пшеничный	ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800	
4	Чай с вишней с сахаром	54-13гн-2020	200(178/12/10)	0.296	0.000	11.405	47.298	
5	Блинчики	ТПП	50	3.201	4.415	19.502	130.582	
6	Повидло	ТПП	10	0.040	0.000	6.530	24.700	
7	Фрукт свежий: Яблоко	ТПП	140	0.560	0.000	15.820	64.400	
Итого за Завтрак:		96.32 р.	670	22.125	21.351	114.415	732.633	
Итого за день:		96.32 р.	670	22.125	21.351	114.415	732.633	
ИТОГО ЗА Завтрак:		1155.84 р.	6760	288.076	243.071	1233.181	8255.942	
ИТОГО ЗА ПЕРИОД:		1155.84 р.	6760	288.076	243.071	1233.181	8255.942	
СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД:		96.32 р.	563.33	24.01	20.26	102.77	688	
СООТНОШЕНИЕ:				1	0.844	4.28		

Примечание:

Директор

Зав. произв.

Калькулятор

Сергеев А.И.
Давыдов С.В.