



Черныш Л.Б.



**Меню завтраков для учащихся 1-4 классов. Для БОУ *СОШ № 23*
на период 09.01.25 - 18.01.25**

Тип меню: П/Ф М

	9499	Номер по сборнику рецептов	Выход полный	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	Каша молочная пшениная с маслом	548/1/1998г.	220(215/5)	7.606	7.304	41.581	263.234
3	Соус персиковый*	1087/98.	10	0.000	0.000	1.996	7.980
4	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
5	Чай с малиной с сахаром	54-13гн-2020	200(178/12/10)	0.296	0.000	11.129	46.338
Итого за Завтрак:			500	15.142	10.574	84.526	489.252
Итого за день:			500	15.142	10.574	84.526	489.252
Пятница 10.01.25							
Завтрак							
1	Повидло	ТПП	30	0.120	0.000	19.590	74.100
2	Омлет с отварным картофелем	275/2018	140(90/45/5)	8.902	15.247	11.946	218.455
3	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
4	Чай с сахаром	54-2гн-2020	200(193/7)	0.200	0.000	7.055	29.448
5	Фрукт свежий: Мандарин	ТПП	70	0.560	0.000	6.020	26.600
Итого за Завтрак:			500	14.342	15.787	74.431	484.203
Итого за день:			500	14.342	15.787	74.431	484.203
Суббота 11.01.25							
Завтрак							
1	Соус абрикосовый*	1087/98.	20	0.114	0.000	13.426	53.864
2	Каша молочная ячневая с маслом	548/2/1998г.	215(210/5)	7.387	6.385	43.073	259.004
3	Масло сливочное, крестьянское порционное	27/1998	5	0.040	3.625	0.065	33.050
4	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
5	Чай с вишней с сахаром	54-13гн-2020	200(178/12/10)	0.296	0.000	11.405	47.298
Итого за Завтрак:			500	12.397	10.55	97.789	528.816
Итого за день:			500	12.397	10.55	97.789	528.816
Понедельник 13.01.25							
Завтрак							
1	Сыр п/твердых сортов порционный	54-1з-2020	10	2.680	2.730	0.000	36.100
2	Каша молочная манная с маслом	548/2/1998г.	200(195/5)	5.621	6.070	33.169	210.504
3	Соус клубничный*	1090/98.	10	0.019	0.000	4.174	17.024
4	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
5	Чай с лимоном, с сахаром	54/3гн/2020	200(186/7/7)	0.263	0.000	7.265	31.828
6	Фрукт свежий: Яблоко	ТПП	140	0.560	0.000	15.820	64.400
Итого за Завтрак:			610	12.943	9.25	85.278	472.856
Итого за день:			610	12.943	9.25	85.278	472.856
Вторник 14.01.25							
Завтрак							
1	Сироп шоколадный	446/2018	50	1.337	0.825	26.509	119.635
2	Запеканка рисовая с яблоками	245/2018	200	6.413	6.681	47.273	275.370
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
Итого за Завтрак:			500	11.75	7.956	105.687	537.453
Итого за день:			500	11.75	7.956	105.687	537.453

		Среда 15.01.25					
		Завтрак					
1	Повидло	ТПП	25	0.100	0.000	16.325	61.750
2	Омлет с отварным картофелем	275/2018	215(140/70/5)	13.825	21.703	18.547	321.457
3	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
4	Чай с вишней с сахаром	54-13гн-2020	200(178/12/10)	0.296	0.000	11.405	47.298
	Итого за Завтрак:		500	18.781	22.243	76.097	566.105
	Итого за день:		500	18.781	22.243	76.097	566.105
		Четверг 16.01.25					
		Завтрак					
1	Салат яблочно-морковный	156/2011	60	0.451	1.706	7.614	47.114
2	Запеканка творожная(п/ф)	ТТК	140	25.868	9.325	20.897	275.434
3	Соус клубничный*	1090/98.	40	0.076	0.000	16.698	68.096
4	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
5	Чай с лимоном, с сахаром	54/3гн/2020	200(186/7/7)	0.263	0.000	7.265	31.828
	Итого за Завтрак:		500	31.218	11.571	82.294	558.072
	Итого за день:		500	31.218	11.571	82.294	558.072
		Пятница 17.01.25					
		Завтрак					
1	Сыр п/твердых сортов порционный	54-1з-2020	10	2.680	2.730	0.000	36.100
2	Соус абрикосовый с/м*	1087/98.	10	0.000	0.000	1.996	7.980
3	Каша молочная из хлопьев овсяных "Геркулес"	548/1998.	250(245/5)	8.109	8.659	39.808	264.306
4	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
5	Чай с сахаром	54-2гн-2020	200(193/7)	0.200	0.000	7.055	29.448
	Итого за Завтрак:		530	15.549	11.929	78.679	473.434
	Итого за день:		530	15.549	11.929	78.679	473.434
		Суббота 18.01.25					
		Завтрак					
1	Каша молочная пшеничная с маслом	548/1/1998г.	180(175/5)	6.199	6.619	33.857	220.409
2	Изюм (порциями)	82/2018	5	0.090	0.000	3.545	13.800
3	Хлеб пшеничный	ТПП	45	3.420	0.405	22.365	101.700
4	Повидло	ТПП	10	0.040	0.000	6.530	24.700
5	Чай с вишней с сахаром	54-13гн-2020	200(178/12/10)	0.296	0.000	11.405	47.298
6	Фрукт свежий: Яблоко	ТПП	140	0.560	0.000	15.820	64.400
	Итого за Завтрак:		580	10.605	7.024	93.522	472.307
	Итого за день:		580	10.605	7.024	93.522	472.307
	ИТОГО ЗА Завтрак:		4720	142.727	106.884	778.303	4582.498
	ИТОГО ЗА ПЕРИОД:		4720	142.727	106.884	778.303	4582.498
	СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД:		393.33	15.86	11.88	86.48	509.17
	СООТНОШЕНИЕ:			1	0.749	5.453	

Примечание:

Директор

Герман А.Т.

Зав. произв.

Давыдов И.В.

Калькулятор



Меню обедов для учащихся 1-4 классов.
Для БОУ Сели - 83

на период 09.01.25 - 18.01.25

Тип меню: П/Ф М

	9500	Номер по сборнику рецептур	Выход полный	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Четверг 09.01.25							
Обед							
1	Морковь, тушенная в сметанном соусе	334/2011.	60	0.880	1.752	5.039	38.919
2	Щи из свеж капусты, с картофелем и мясом(со сметаной)	282/3/1998.	200(185/10/5)	3.959	6.610	9.114	108.987
3	Фрикасе из курицы	599/2022	90(45/45)	12.012	13.961	6.973	201.460
4	Макаронные изделия отварные с маслом*	940/2/1998.	150(147/3)	5.514	2.824	35.227	188.533
5	Хлеб пшеничный	ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
6	Компот с малиной, манго и сахаром	54-1хн-2020	200(165/20/15)	0.080	0.000	15.870	63.950
Итого за Обед:			740	25.485	25.507	92.103	692.249
Итого за день:			740	25.485	25.507	92.103	692.249
Пятница 10.01.25							
Обед							
1	Закуска овощная из квашенной капусты	147/2018.	60	0.088	3.003	0.286	28.455
2	Суп картофельный с макаронными изделиями и фрикадельками*	307/3/1998.	200(185/15)	5.763	3.601	18.874	128.135
3	Рагу овощное с мясом птицы(филе курицы)*	887/3/1998.	200(160/40)	12.758	16.779	24.863	296.077
4	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
5	Компот из сухофруктов*	1113/3/98	200(185/15)	0.640	0.000	28.570	114.450
Итого за Обед:			720	23.809	23.923	102.413	702.717
Итого за день:			720	23.809	23.923	102.413	702.717
Суббота 11.01.25							
Обед							
1	Салат овощной с яблоком	56/2017	60	0.654	1.686	4.967	37.079
2	Борщ с капустой и картофелем, курицей(со сметаной)	262/1998.	200(186/10/4)	4.540	7.350	10.947	126.354
3	Каша гречневая с курицей по-купецки	ТТК	240 (200/40)	16.308	15.677	29.358	323.135
4	Хлеб пшеничный	ТПП	70	5.320	0.630	34.790	158.200
5	Компот из клубники с сахаром	54-1хн+2020	200(165/20/15)	0.100	0.000	15.930	65.450
Итого за Обед:			770	26.922	25.343	95.992	710.218
Итого за день:			770	26.922	25.343	95.992	710.218
Понедельник 13.01.25							
Обед							
1	Закуска овощная с чесноком	198/1998	60	1.292	5.730	7.985	88.014
2	Щи из свеж капусты, с картофелем и мясом(со сметаной)	282/3/1998.	200(185/10/5)	3.959	6.610	9.114	108.987
3	Печень по-строгановски	748/3/1998.	90(40/50)	10.844	12.462	6.448	181.456
4	Рис отварной с маслом	934/3/1998.	150(147/3)	3.736	2.705	39.275	196.393
5	Хлеб пшеничный	ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
6	Кисель из св/м ягод	1131/3/98.	200	0.129	0.040	23.548	96.620
Итого за Обед:			730	22.24	27.817	101.28	739.27
Итого за день:			730	22.24	27.817	101.28	739.27
Вторник 14.01.25							
Обед							
1	Салат из свеклы отварной с сыром	54-13з	60	1.139	3.270	5.537	55.187
2	Суп гороховый с мясом и гречками	306/3/1998.	200(180/10/10)	7.853	6.147	21.509	168.156

3	Рыба тушеная в томате с овощами(филе горбуши)*	640/3/1998.	90(45/45)	12.026	8.635	4.292	142.665
4	Картофельное пюре на свежем молоке с маслом	946/2/1998.	150(147/3)	3.226	2.882	26.059	137.304
5	Хлеб пшеничный	ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
6	Компот из сухофруктов*	1113/3/98	200(185/15)	0.640	0.000	28.570	114.450
	Итого за Обед:		740	27.924	21.294	105.847	708.162
	Итого за день:		740	27.924	21.294	105.847	708.162
	Среда 15.01.25						
	Обед						
1	Закуска овощная из белокочанной капусты	130/3/1998.	60	0.964	3.005	6.124	54.914
2	Суп из овощей с мясными фрикадельками*	54-5с	200(185/15)	5.189	3.753	18.596	124.917
3	Паста сливочная с говядиной	406/2022	200	14.831	24.232	31.584	401.088
4	Хлеб пшеничный	ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
5	Компот из персиков с/м	1113/3/98г.	200(165/20/15)	0.000	0.000	14.970	59.850
	Итого за Обед:		700	24.024	31.35	91.154	731.169
	Итого за день:		700	24.024	31.35	91.154	731.169
	Четверг 16.01.25						
	Обед						
1	Маринад овощной с томатом*	1070/3/1998	60	1.055	6.030	6.585	84.371
2	Щи из свеж капусты, с картофелем, курицей(со сметаной)	282/3/1998.	200(185/10/5)	3.837	6.938	8.985	112.095
3	Рагу овощное с мясом птицы(филе курицы)*	887/3/1998.	220(180/40)	13.107	17.616	27.922	316.578
4	Хлеб пшеничный	ТПП	55	4.160	0.495	27.335	124.300
5	Компот с малиной, манго и сахаром	54-1хн-2020	200(165/20/15)	0.080	0.000	15.870	63.950
	Итого за Обед:		735	22.259	31.079	86.697	701.294
	Итого за день:		735	22.259	31.079	86.697	701.294
	Пятница 17.01.25						
	Обед						
1	Закуска овощная с чесноком	198/1998	60	1.292	5.730	7.985	88.014
2	Суп картофельный с макаронными изделиями и курицей	307/3/1998.	200(190/10)	4.752	4.334	17.939	126.862
3	Фрикасе из курицы	599/2022	90(45/45)	12.012	13.961	6.973	201.460
4	Картофельное пюре на свежем молоке с маслом	946/2/1998.	150(147/3)	3.226	2.882	26.059	137.304
5	Хлеб пшеничный	ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
6	Компот из сухофруктов*	1113/3/98	200(185/15)	0.640	0.000	28.570	114.450
	Итого за Обед:		730	24.202	27.177	102.436	735.89
	Итого за день:		730	24.202	27.177	102.436	735.89
	Суббота 18.01.25						
	Обед						
1	Салат из свеклы отварной	54-13з	60	0.968	2.997	6.152	54.311
2	Суп картофельный с мясом	247/2022	200(190/10)	4.502	3.971	19.528	126.091
3	Капуста тушеная с мясом	440/3/1998.	240(200/40)	15.867	21.274	23.859	342.865
4	Хлеб пшеничный	ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
5	Компот сливовый с сахаром	1203/3/1998 г.	200(165/20/15)	0.000	0.000	14.970	59.850
	Итого за Обед:		755	25.517	28.737	91.844	707.217
	Итого за день:		755	25.517	28.737	91.844	707.217
	ИТОГО ЗА Обед:		6620	222.382	242.227	869.766	6428.186
	ИТОГО ЗА ПЕРИОД:		6620	222.382	242.227	869.766	6428.186
	СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД:		551.67	24.71	26.91	96.64	714.24
	СООТНОШЕНИЕ:			1	1.089	3.911	

Примечание:

Директор Сергей А.Т.

Зав. произв. Рауберг А.В.

Калькулятор _____



**Меню завтраков для учащихся 1-4 классов. Для БОУ СОШ
3,5,13,25,40,45,56,59,71,73,83,89,101,107,108,116,118,126,130,134,138,152,162
на период 20.01.25 - 31.01.25**

Тип меню: П/Ф М

	9566	Номер по сборнику рецептов	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	Каша молочная ячневая с маслом	548/2/1998г	230(225/5)	7.911	6.582	46.145	275.143
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:		500	15.414	9.852	83.23	478.671
	Итого за день:		500	15.414	9.852	83.23	478.671
Вторник 21.01.25							
Завтрак							
1	Масло сливочное, крестьянское порционное	27/1998	10	0.080	7.250	0.130	66.100
2	Каша молочная из хлопьев овсяных "Геркулес"	548/1998.	230(225/5)	7.450	8.248	36.564	245.428
3	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
4	Чай с сахаром	54-2гн-2020	200(193/7)	0.200	0.000	7.055	29.448
	Итого за Завтрак:		500	12.29	16.038	73.569	476.576
	Итого за день:		500	12.29	16.038	73.569	476.576
Среда 22.01.25							
Завтрак							
1	Запеканка творожная(п/ф)	ТТК	130	24.021	8.659	19.405	255.767
2	Соус клубничный*	1090/98.	20	0.038	0.000	8.349	34.048
3	Хлеб пшеничный	ТПП	35	2.660	0.315	17.395	79.100
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:		525	27.479	8.974	71.018	474.733
	Итого за день:		525	27.479	8.974	71.018	474.733
Четверг 23.01.25							
Завтрак							
1	Повидло	ТПП	10	0.040	0.000	6.530	24.700
2	Каша молочная пшеничная с маслом	548/1/1998г	230(225/5)	7.958	7.475	43.512	273.940
3	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
4	Чай с малиной с сахаром	54-13гн-2020	200(178/12/10)	0.296	0.000	11.129	46.338
	Итого за Завтрак:		500	12.854	8.015	90.991	480.578
	Итого за день:		500	12.854	8.015	90.991	480.578
Пятница 24.01.25							
Завтрак							
1	Горошек зеленый порционный	ТПП	10	0.310	0.020	0.710	4.100
2	Омлет натуральный на цельном молоке	54-1о-2020	145	12.966	19.527	3.309	241.138
3	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
4	Чай с сахаром	54-2гн-2020	200(193/7)	0.200	0.000	7.055	29.448
5	Фрукт свежий: Яблоко	ТПП	140	0.560	0.000	15.820	64.400
	Итого за Завтрак:		555	18.596	20.087	56.714	474.686

Итого за день:			555	18.596	20.087	56.714	474.686
Понедельник 27.01.25							
Завтрак							
1	Повидло	ТПП	10	0.040	0.000	6.530	24.700
2	Каша молочная манная с маслом	548/2/1998г	230(225/5)	6.480	6.447	38.262	237.805
3	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
4	Чай с лимоном, с сахаром	54/3гн/2020	200(186/7/7)	0.263	0.000	7.265	31.828
5	Фрукт свежий: Яблоко	ТПП	140	0.560	0.000	15.820	64.400
Итого за Завтрак:			630	11.143	6.897	92.727	471.733
Итого за день:			630	11.143	6.897	92.727	471.733
Вторник 28.01.25							
Завтрак							
1	Масло сливочное, крестьянское порционное	27/1998	10	0.080	7.250	0.130	66.100
2	Каша молочная пшеничная с маслом	548/1/1998г	230(225/5)	7.958	7.475	43.512	273.940
3	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
4	Чай с сахаром	54-2гн-2020	200(193/7)	0.200	0.000	7.055	29.448
Итого за Завтрак:			500	12.798	15.265	80.517	505.088
Итого за день:			500	12.798	15.265	80.517	505.088
Среда 29.01.25							
Завтрак							
1	Горошек зеленый порционный	ТПП	10	0.310	0.020	0.710	4.100
2	Омлет с отварным картофелем	275/2018	255(140/110/5)	14.713	21.748	27.294	358.309
3	Хлеб пшеничный	ТПП	35	2.660	0.315	17.395	79.100
4	Чай с вишней с сахаром	54-13гн-2020	200(178/12/10)	0.296	0.000	11.405	47.298
Итого за Завтрак:			500	17.979	22.083	56.804	488.807
Итого за день:			500	17.979	22.083	56.804	488.807
Четверг 30.01.25							
Завтрак							
1	Запеканка творожная(п/ф)	ТТК	200	36.955	13.321	29.853	393.479
2	Соус клубничный*	1090/98.	50	0.095	0.000	20.872	85.120
3	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
4	Чай с лимоном, с сахаром	54/3гн/2020	200(186/7/7)	0.263	0.000	7.265	31.828
Итого за Завтрак:			500	41.113	13.771	82.84	623.427
Итого за день:			500	41.113	13.771	82.84	623.427
Пятница 31.01.25							
Завтрак							
1	Сыр п/твердых сортов порционный	54-1з-2020	15	4.020	4.095	0.000	54.150
2	Каша молочная из хлопьев овсяных "Геркулес"	548/1998.	250(245/5)	8.109	8.659	39.808	264.306
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:			520	16.509	13.249	74.198	472.204
Итого за день:			520	16.509	13.249	74.198	472.204
ИТОГО ЗА Завтрак:			5230	186.175	134.231	762.608	4946.503
ИТОГО ЗА ПЕРИОД:			5230	186.175	134.231	762.608	4946.503
СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД:			475.45	18.62	13.42	76.26	494.65
СООТНОШЕНИЕ:				1	0.721	4.096	

Примечание: Стоимость меню, согласно проведенным торгам

Директор Черман А. П.

Зав. произв. Дауберт И. В.

Калькулятор _____