

Меню для учащихся 1-11 классов с диабетом. Для
БОУ Сосис № 83

на период 02.09.24 - 14.09.24

Тип меню: П/Ф М

	8955	Номер по сборнику рецептур	Выход полный	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Понедельник 02.09.24							
Завтрак							
1	Сыр п/твердых сортов порционный	28/1998	14	3.752	3.822	0.000	50.540
2	Каша молочная рисовая с маслом (жидкая)	548/2/1998	165 (150/5)	4.209	5.978	28.731	186.141
3	Хлеб пшеничный	ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
4	Чай без сахара	1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
Итого за Завтрак:			399	9.681	9.98	38.74	283.399
Обед							
1	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне (со сметаной)	282/3/1998.	250 (245/5)	5.098	9.792	10.493	148.719
2	Котлета куриная(в) тушеная в томатном соусе*	ТПП/1029/3/1998	120(90/30)	13.724	12.389	13.384	219.906
3	Хлеб пшеничный	ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
4	Чай без сахара	1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
Итого за Обед:			590	20.542	22.361	33.886	415.343
Итого за день:			989	30.223	32.341	72.626	698.742
Вторник 03.09.24							
Завтрак							
1	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
2	Макаронные изделия отварные с маслом	940/3/1998.	103,5(100/3,5)	3.768	2.980	24.016	138.055
3	Хлеб пшеничный	ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
4	Чай без сахара	1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
Итого за Завтрак:			433	18.787	13.792	46.151	384.528
Обед							
1	Морковь отварная	320/2011 Т	100	1.647	0.127	8.867	41.800
2	Свекольник с фрикадельками(со сметаной)*	95/2018.	250(230/15/5)	5.785	7.312	18.372	159.318
3	Хлеб пшеничный	ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
4	Чай без сахара	1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
Итого за Обед:			570	9.152	7.619	37.248	247.836
Итого за день:			1003	27.939	21.411	83.399	632.364
Среда 04.09.24							
Завтрак							
1	Запеканка творожная(п/ф)	ТТК	125	23.097	8.327	18.658	245.934
2	Хлеб пшеничный	ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
3	Чай с сахаром	54-2гн-2020	200(193/7)	0.200	0.000	7.055	29.448
Итого за Завтрак:			345	24.817	8.507	35.653	320.582
Обед							
1	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне*	307/3/1998.	200	4.870	5.080	18.780	137.435
2	Котлета "Домашняя"(в) запеченая	ТПП	90	15.000	9.899	14.400	206.690
3	Хлеб пшеничный	ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
4	Чай без сахара	1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
Итого за Обед:			510	21.59	15.159	43.189	390.843
Итого за день:			855	46.407	23.666	78.842	711.425
Четверг 05.09.24							
Завтрак							
1	Сыр п/твердых сортов порционный	54-1з-2020	10	2.680	2.730	0.000	36.100
2	Каша молочная пшеничная с маслом (жидкая)	548/1/1998г.	155(150/5)	5.682	6.505	29.632	200.414
3	Хлеб пшеничный	ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
4	Чай без сахара	1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
Итого за Завтрак:			385	10.082	9.415	39.641	283.232
Обед							
1	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне (со сметаной)	262/1998.	250 (245/4)	5.102	9.819	13.955	160.928
2	Рыба тушеная в сметанном соусе (минтай филе)*	232/2017 Т	100(50/50)	11.008	10.412	5.708	160.925
3	Хлеб пшеничный	ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
4	Чай без сахара	1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
Итого за Обед:			570	17.83	20.211	29.672	368.571
Итого за день:			955	27.912	29.626	69.313	651.803

Пятница 06.09.24							
Завтрак							
1	Запеканка рисовая с курицей (п/ф)	ТТК	150 (145/5)	9.123	18.077	25.215	299.040
2	Хлеб пшеничный	ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
3	Чай без сахара	1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
Итого за Завтрак:			370	10.843	18.257	35.224	345.758
Обед							
1	Огурец свежий порционный	25/634/1998.	100	0.700	0.000	1.800	10.000
2	Свекольник на курином бульоне(со сметаной)	95/2018.	250(246/4)	5.553	9.642	19.743	184.672
3	Хлеб пшеничный	ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
4	Чай без сахара	1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
Итого за Обед:			570	7.973	9.822	31.552	241.39
Итого за день:			940	18.816	28.079	66.776	587.148
Суббота 07.09.24							
Завтрак							
1	Бифстроганов*	736/3/1998.	80(40/40)	12.250	16.905	5.972	219.258
2	Макаронные изделия отварные с маслом	940/3/1998.	103,5(100/3,5)	3.768	2.980	24.016	138.055
3	Хлеб пшеничный	ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
4	Чай без сахара	1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
Итого за Завтрак:			403	17.738	20.065	39.997	404.031
Обед							
1	Морковь, тушенная в сметанном соусе	334/2011.	40	0.586	1.168	3.360	25.946
2	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне (со сметаной)	282/3/1998.	250 (245/5)	5.098	9.792	10.493	148.719
3	Котлета куриная запеченая(в)	ТТК	90	13.370	9.969	11.060	187.440
4	Хлеб пшеничный	ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
5	Чай без сахара	1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
Итого за Обед:			600	20.774	21.109	34.922	408.823
Итого за день:			1003	38.512	41.174	74.919	812.854
Понедельник 08.09.24							
Завтрак							
1	Сыр п/твердых сортов порционный	28/1998	16	4.240	4.319	0.000	67.114
2	Каша молочная ячневая с маслом (жидкая)	548/2/1998г.	155(150/5)	5.643	5.903	31.374	201.071
3	Хлеб пшеничный	ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
4	Чай без сахара	1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
Итого за Завтрак:			391	11.603	10.402	41.383	304.903
Обед							
1	Огурец свежий порционный	25/634/1998.	60	0.420	0.000	1.080	6.000
2	Суп гороховый с фрикадельками	308/3/1998.	215(200/15)	8.204	6.049	18.343	158.528
3	Печень по-строгановски	748/3/1998.	100(50/50)	13.330	12.950	7.169	198.610
4	Хлеб пшеничный	ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
5	Чай без сахара	1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
Итого за Обед:			595	23.874	19.179	36.591	409.858
Итого за день:			986	35.277	29.581	77.974	714.758
Вторник 10.09.24							
Завтрак							
1	Каша гречневая с курицей по-купечески	ТТК	200 (160/40)	15.041	14.558	23.563	284.922
2	Хлеб пшеничный	ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
3	Чай без сахара	1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
Итого за Завтрак:			420	16.761	14.738	33.572	331.64
Обед							
1	Помидор свежий порционный	25/635/1998.	60	0.360	0.000	1.740	8.400
2	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	307/3/1998.	200	4.870	5.000	18.780	136.716
3	Рыба тушенная в томате с овощами(филе минтая)*	640/3/1998.	100(50/50)	10.431	7.445	4.835	127.814
4	Хлеб пшеничный	ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
5	Чай без сахара	1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
Итого за Обед:			580	17.381	12.625	35.364	319.648
Итого за день:			1000	34.142	27.363	68.936	651.288
Среда 11.09.24							
Завтрак							
1	Омлет натуральный на цельном молоке	54-1а-2020	200	17.976	26.956	4.715	324.800
2	Хлеб пшеничный	ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
3	Чай без сахара	1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
4	Йогурт фасованный	ТПП	110(1/110)	2.860	2.750	16.840	99.000
Итого за Завтрак:			530	22.556	28.886	30.564	470.518
Обед							
1	Закуска свекольная	55/2018	60	1.011	1.920	6.019	52.712
2	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне (со сметаной)	282/1998.	250 (245/5)	5.110	9.783	13.931	162.367
3	Хлеб пшеничный	ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
4	Чай без сахара	1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518

Директор: Герман Л.В.
З.А.В. иподст: Дачевец Г.В.

Итого за Обед:			530	7.841	11.883	31.959	261.797
Итого за день:			1060	30.397	40.769	62.523	732.315
Четверг 12.09.24							
Завтрак							
1	Запеканка творожно-морковная(п/ф)	ТТК	150	18.390	10.933	24.541	216.612
2	Хлеб пшеничный	ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
3	Чай без сахара	1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
Итого за Завтрак:			370	20.11	11.113	34.55	263.33
Обед							
1	Огурец свежий порционный	25/634/1998.	60	0.420	0.000	1.080	6.000
2	Свекольник на курином бульоне(со сметаной)	95/2018.	255(245/10)	5.699	10.806	19.856	196.314
3	Хлеб пшеничный	ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
4	Чай без сахара	1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
Итого за Обед:			535	7.839	10.986	30.945	249.032
Итого за день:			905	27.949	22.099	65.495	512.362
Пятница 13.09.24							
Завтрак							
1	Рыба тушеная в томате с овощами(филе горбуши)*	640/3/1998.	100(50/50)	13.362	9.594	4.770	158.515
2	Картофельное пюре на молоке с маслом	946/2/1998.	135(131/4)	2.739	3.601	22.727	129.125
3	Хлеб пшеничный	ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
4	Чай без сахара	1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
Итого за Завтрак:			455	17.821	13.375	37.506	334.368
Обед							
1	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне (со сметаной)	282/3/1998.	250 (245/5)	5.098	9.792	10.493	148.719
2	Помидор свежий порционный	25/635/1998.	70	0.420	0.000	2.030	9.800
3	Хлеб пшеничный	ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
4	Чай без сахара	1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
Итого за Обед:			540	7.238	9.972	22.532	205.237
Итого за день:			995	25.059	23.347	60.038	539.595
Суббота 14.09.24							
Завтрак							
1	Котлета "Домашняя"(в)запеченая с соусом сметанным*	ТПП/1044/3/1998	120(90/30)	15.465	14.314	16.232	255.752
2	Хлеб пшеничный	ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
3	Чай без сахара	1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
Итого за Завтрак:			340	17.185	14.494	26.241	302.47
Обед							
1	Суп гороховый на курином бульоне*	306/3/1998.	200	7.270	7.450	16.896	161.773
2	Котлета куриная запеченая(в)	ТТК	90	13.370	9.969	11.060	187.440
3	Хлеб пшеничный	ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
4	Чай без сахара	1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
Итого за Обед:			510	22.36	17.599	37.965	395.931
Итого за день:			850	39.545	32.093	64.206	698.401
ИТОГО ЗА Завтрак:			4841	197.984	173.024	439.222	4028.749
ИТОГО ЗА Обед:			6700	184.194	178.525	405.825	3914.307
ИТОГО ЗА ПЕРИОД:			11541	382.178	351.549	845.047	7943.056
СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД:			961.75	31.85	29.3	70.42	661.92
СООТНОШЕНИЕ:				1	0.92	2.211	

Примечание:

Директор

Урванов С. П.

Зав. произв.

Рауберг С. В.

Калькулятор