



Меню завтраков для учащихся 5-11 классов. Для БОУ СОСР № 5, 65, 69, 72, 78, 79, 101, 103, 114, 148, 162, 13, 38, 54, 56, 83, 107, 116, 122, 130, 134, 152, 3, 40, 43, 76, 161

на период 15.04.24 - 27.04.24

Тип меню: П/Ф М

	8699	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход основной	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Понедельник 15.04.24								
Завтрак								
1	Сыр п/твердых сортов порционный	16.69 р.	54-1з-2020	17	4.556	4.641	0.000	61.370
2	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" на молоке(жидкая)	26.91 р.	548/1/1998.	205	6.285	11.880	31.300	252.805
3	Хлеб пшеничный	3.07 р.	ТПП	54	4.165	0.493	27.236	123.648
4	Чай с малиной с сахаром	11.54 р.	54-13гн-2020	200	0.298	0.000	11.129	46.338
5	Фрукт свежий: Мандарин	31.79 р.	ТПП	140	1.120	0.000	12.040	53.200
Итого за Завтрак:		90.00 р.		616	16.422	17.014	81.705	537.561
Итого за день:		90.00 р.		616	16.422	17.014	81.705	537.561
Вторник 16.04.24								
Завтрак								
1	Тёфтели(биточки) "Натуральные"(в тушеные в сметанном соусе с томатом	69.90 р.	ТПП/1045/3/1998	110	10.899	8.732	8.866	157.655
2	Макаронные изделия отварные с маслом	9.11 р.	940/2/1998.	200	7.362	3.766	47.033	251.683
3	Хлеб пшеничный	2.45 р.	ТПП	43	3.329	0.394	21.769	98.968
4	Чай с черникой с сахаром	8.54 р.	54-13гн-2020	200	0.200	0.000	10.049	41.418
Итого за Завтрак:		90.00 р.		553	21.79	12.892	87.717	549.744
Итого за день:		90.00 р.		553	21.79	12.892	87.717	549.744
Среда 17.04.24								
Завтрак								
1	Запеканка творожная(п/ф)	57.95 р.	ТТК	155	28.640	10.325	23.136	304.956
2	Молоко стуженное*	6.45 р.	1087/98.	15	1.080	1.275	8.400	49.200
3	Хлеб пшеничный	2.06 р.	ТПП	36	2.797	0.331	18.290	83.168
4	Чай с сахаром	1.54 р.	54-2гн-2020	200	0.200	0.000	7.055	29.448
5	Фрукт свежий: Яблоко	22.00 р.	ТПП	150	0.600	0.000	16.950	69.000
Итого за Завтрак:		90.00 р.		556	33.317	11.931	73.831	535.772
Итого за день:		90.00 р.		556	33.317	11.931	73.831	535.772
Четверг 18.04.24								
Завтрак								
1	Сыр п/твердых сортов порционный	9.98 р.	54-1з-2020	10	2.680	2.730	0.000	36.100
2	Каша молочная пшеничная с маслом (жидкая)	19.43 р.	548/1/1998г.	205	7.563	7.465	39.487	256.202
3	Хлеб пшеничный	2.74 р.	ТПП	49	3.724	0.441	24.353	110.740
4	Чай с лимоном, с сахаром	3.79 р.	54/3гн/2020	200	0.263	0.000	7.265	31.828
5	Фрукт свежий: Мандарин	34.06 р.	ТПП	150	1.200	0.000	12.900	57.000
6	Корж молочный в индивидуальной упаковке	20.00 р.	ТПП	45	3.450	6.150	32.600	229.000
Итого за Завтрак:		90.00 р.		659	18.88	16.786	116.605	720.87
Итого за день:		90.00 р.		659	18.88	16.786	116.605	720.87
Пятница 19.04.24								
Завтрак								
1	Плов с курицей(филе курицы)*	59.10 р.	893/2/1998.	200	17.274	8.311	43.038	315.761
2	Хлеб пшеничный	1.68 р.	ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
3	Чай с черной смородиной с сахаром	7.22 р.	54-13гн-2020	200	0.320	0.000	11.009	46.218
4	Фрукт свежий: Яблоко	22.00 р.	ТПП	150	0.600	0.000	16.950	69.000
Итого за Завтрак:		90.00 р.		580	20.474	8.581	85.907	498.779
Итого за день:		90.00 р.		580	20.474	8.581	85.907	498.779
Суббота 20.04.24								
Завтрак								
1	Бефстроганов*	60.72 р.	736/3/1998.	90	13.781	19.018	6.719	246.670
2	Макаронные изделия отварные с маслом	8.15 р.	940/2/1998.	200	7.392	3.046	47.260	246.222
3	Хлеб пшеничный	3.51 р.	ТПП	62	4.765	0.564	31.162	141.702
4	Какао с молоком	17.62 р.	1222/2/1998.	200	3.046	3.420	14.304	100.880
Итого за Завтрак:		90.00 р.		552	28.984	26.048	99.445	735.474
Итого за день:		90.00 р.		552	28.984	26.048	99.445	735.474

Завтрак 5-11кл.

Понедельник 22.04.24								
Завтрак								
1	Сыр п/твердых сортов порционный	15.97 р.	28/1998	16	4.240	4.319	0.000	57.114
2	Каша пшеничная на молоке с маслом(жидкая)	33.19 р.	548/1/1998г.	210	7.931	12.532	36.952	292.954
3	Хлеб пшеничный	2.99 р.	ТПП	53	4.058	0.481	26.540	120.684
4	Чай с лимоном, с сахаром	3.79 р.	54/3гн/2020	200	0.263	0.000	7.265	31.828
5	Фрукт свежий: Мандарин	34.06 р.	ТПП	150	1.200	0.000	12.900	57.000
Итого за Завтрак:		90.00 р.		629	17.692	17.332	83.657	559.58
Итого за день:		90.00 р.		629	17.692	17.332	83.657	559.58
Вторник 23.04.24								
Завтрак								
1	Гуляш из говядины	60.82 р.	827/3/98.	100	14.742	16.306	6.866	225.840
2	Гречка отварная с маслом	14.36 р.	931/3/1998.	206	11.690	7.399	52.838	324.252
3	Хлеб пшеничный	3.28 р.	ТПП	58	4.454	0.527	29.124	132.436
4	Чай с малиной с сахаром	11.54 р.	54-13гн-2020	200	0.296	0.000	11.129	46.338
Итого за Завтрак:		90.00 р.		564	31.182	24.232	99.957	728.866
Итого за день:		90.00 р.		564	31.182	24.232	99.957	728.866
Среда 24.04.24								
Завтрак								
1	Омлет натуральный на молоке	63.93 р.	54-1о-2020	160	13.797	22.452	2.751	268.355
2	Хлеб пшеничный	2.53 р.	ТПП	45	3.435	0.407	22.464	102.152
3	Чай с сахаром	1.54 р.	54-2гн-2020	200	0.200	0.000	7.055	29.448
4	Фрукт свежий: Яблоко	22.00 р.	ТПП	150	0.600	0.000	16.950	69.000
Итого за Завтрак:		90.00 р.		555	18.032	22.859	49.22	468.955
Итого за день:		90.00 р.		555	18.032	22.859	49.22	468.955
Четверг 25.04.24								
Завтрак								
1	Молоко сгущенное*	4.30 р.	1087/98.	10	0.720	0.850	5.600	32.800
2	Запеканка творожно-морковная(п/ф)	56.83 р.	ТТК	150	18.390	10.933	24.541	216.612
3	Хлеб пшеничный	3.08 р.	ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
4	Чай с лимоном, с сахаром	3.79 р.	54/3гн/2020	200	0.263	0.000	7.265	31.828
5	Фрукт свежий: Яблоко	22.00 р.	ТПП	150	0.600	0.000	16.950	69.000
Итого за Завтрак:		90.00 р.		565	24.153	12.278	81.691	474.54
Итого за день:		90.00 р.		565	24.153	12.278	81.691	474.54
Пятница 26.04.24								
Завтрак								
1	Рыба тушеная в томате с овощами(филе минтая)*	44.25 р.	640/3/1998.	90	9.388	6.701	4.351	115.032
2	Картофельное пюре на молоке с маслом	16.00 р.	946/2/1998.	180	3.696	3.849	30.750	165.459
3	Хлеб пшеничный	2.23 р.	ТПП	39	3.032	0.359	19.830	90.174
4	Чай с вишней с сахаром	7.52 р.	54-13гн-2020	200	0.296	0.000	11.405	47.298
5	Корж молочный в индивидуальной упаковке	20.00 р.	ТПП	45	3.450	6.150	32.600	229.000
Итого за Завтрак:		90.00 р.		554	19.862	17.059	98.936	646.963
Итого за день:		90.00 р.		554	19.862	17.059	98.936	646.963
Суббота 27.04.24								
Завтрак								
1	Котлета "Домашняя"(в)запеченая с соусом сметанным*	61.73 р.	ТПП/1044/3/1998	120	15.465	14.314	16.232	255.752
2	Гречка отварная с маслом	11.37 р.	931/3/1998.	180	10.277	5.583	46.481	276.881
3	Хлеб пшеничный	3.18 р.	ТПП	56	4.309	0.510	28.180	128.142
4	Какао с молоком*	13.72 р.	1222/2/1998.	200	2.406	2.640	13.274	87.080
Итого за Завтрак:		90.00 р.		556	32.457	23.047	104.167	747.855
Итого за день:		90.00 р.		556	32.457	23.047	104.167	747.855
ИТОГО ЗА Завтрак:		1080.00 р.		6939	283.245	210.059	1062.838	7204.959
ИТОГО ЗА ПЕРИОД:		1080.00 р.		6939	283.245	210.059	1062.838	7204.959
СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД:		90.00 р.		578.25	23.6	17.5	88.57	600.41
СООТНОШЕНИЕ:					1	0.742	3.753	

Примечание:

Директор И.О. Бурова И.Л.

Зав. произв. Давыдов И.В.

Калькулятор _____



Меню обедов для учащихся 5-11 классов. Для БОУ СОСР № 5, 41, 45, 65, 69, 72, 78, 79, 101, 103, 114, 148, 162, 13, 38, 54, 56, 83, 107, 116, 122, 130, 134, 152, 3, 40, 43, 76, 161 на период 15.04.24 - 27.04.24

Тип меню: П/Ф М

	8700	Цена	Номер по сборнику рецептов	Выход основной	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Понедельник 15.04.24								
Обед								
1	Маринад овощной с томатом*	9.68 р.	1070/3/1998.	100	1.759	10.050	10.975	140.617
2	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне (со сметаной)	11.21 р.	282/3/1998.	250	5.098	9.792	10.493	148.719
3	Котлета куриная(в) тушеная в томатном соусе*	49.20 р.	ТПП/1029/3/1998	120	13.724	12.389	13.384	219.906
4	Картофельное пюре на молоке с маслом	18.29 р.	946/2/1998.	200	4.100	4.676	34.077	187.075
5	Хлеб пшеничный	2.30 р.	ТПП	41	3.116	0.369	20.377	92.660
6	Компот из кураги*	9.32 р.	1113/3/98г.	200	1.024	0.000	26.954	109.444
	Итого за Обед:	100.00 р.		911	28.821	37.276	116.26	898.421
	Итого за день:	100.00 р.		911	28.821	37.276	116.26	898.421
Вторник 16.04.24								
Обед								
1	Морковь отварная	6.33 р.	320/2011 Т	100	1.647	0.127	8.867	41.800
2	Свекольник с фрикадельками(со сметаной)*	22.09 р.	95/2018.	250	5.785	7.312	18.372	159.318
3	Рагу овощное с мясом птицы(филе курицы)*	56.53 р.	887/3/1998.	200	15.718	7.737	24.698	225.933
4	Хлеб ржано-пшеничный	1.83 р.	ТПП	37	2.827	0.335	17.447	85.932
5	Компот из сухофруктов*	4.76 р.	1113/3/98	200	0.640	0.000	28.570	114.450
6	Пряник в индивидуальной упаковке	8.46 р.	ТПП	30	1.881	1.485	24.651	118.470
	Итого за Обед:	100.00 р.		817	28.498	16.996	122.605	745.903
	Итого за день:	100.00 р.		817	28.498	16.996	122.605	745.903
Среда 17.04.24								
Обед								
1	Закуска овощная из квашенной капусты	6.85 р.	147/2018.	100	0.152	5.005	0.494	47.515
2	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне*	9.34 р.	307/3/1998.	250	6.088	6.350	23.475	171.794
3	Котлета из говядины(в) запеченая с соусом сметанным*	59.14 р.	ТПП/1044/3/1998	120	15.465	14.314	16.232	255.752
4	Гречка отварная с маслом	12.32 р.	931/3/1998.	180	10.227	6.293	46.230	282.063
5	Хлеб пшеничный	2.50 р.	ТПП	44	3.390	0.401	22.166	100.795
6	Компот из клубники с сахаром	6.81 р.	54-1хн-2020	200	0.100	0.000	15.930	65.450
	Итого за Обед:	98.96 р.		894	35.422	32.363	124.527	923.375
	Итого за день:	98.96 р.		894	35.422	32.363	124.527	923.375
Четверг 18.04.24								
Обед								
1	Маринад овощной с томатом*	9.68 р.	1070/3/1998.	100	1.759	10.050	10.975	140.617
2	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне (со сметаной)	11.29 р.	262/1998.	250	5.102	9.619	13.955	160.928
3	Рыба тушеная в сметанном соусе (минтай филе)*	53.41 р.	232/2017 Т	100	11.008	10.412	5.708	160.925
4	Рис отварной с маслом	13.18 р.	934/3/1998.	180	4.484	2.812	47.192	232.018
5	Хлеб пшеничный	1.96 р.	ТПП	35	2.560	0.315	17.395	79.100
6	Компот с малиной, манго и сахаром	11.51 р.	54-1хн-2020	200	0.080	0.000	15.870	63.950
	Итого за Обед:	101.03 р.		865	25.093	33.208	111.095	837.538
	Итого за день:	101.03 р.		865	25.093	33.208	111.095	837.538
Пятница 19.04.24								
Обед								
1	Морковь отварная	6.33 р.	320/2011 Т	100	1.647	0.127	8.867	41.800
2	Свекольник на курином бульоне(со сметаной)	13.12 р.	95/2018.	250	5.553	9.642	19.743	184.672
3	Жаркое по-домашнему	62.73 р.	820/3/1998.	245	15.448	18.349	29.365	331.585
4	Хлеб пшеничный	1.82 р.	ТПП	32	2.470	0.293	16.153	73.450
5	Сок фруктовый	16.00 р.	ТПП	200	1.000	0.000	28.000	112.000
	Итого за Обед:	100.00 р.		827	26.118	28.411	102.128	743.507
	Итого за день:	100.00 р.		827	26.118	28.411	102.128	743.507
Суббота 20.04.24								
Обед								
1	Маринад овощной со свеклой*	7.99 р.	1072/2/1998.	100	1.692	9.990	11.320	140.678
2	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне (со сметаной)	11.21 р.	282/3/1998.	250	5.098	9.792	10.493	148.719
3	Котлета куриная(в) запеченая с соусом сметанным*	52.44 р.	ТПП/1044/3/1998	120	13.835	14.384	12.892	236.502
4	Картофель отварной, с маслом	19.94 р.	423/3/1998.	209	4.205	6.792	40.830	231.024
5	Хлеб пшеничный	2.52 р.	ТПП	45	3.420	0.405	22.365	101.700
6	Кисель	5.90 р.	1131/3/98.	200	0.096	0.000	31.460	121.020
	Итого за Обед:	100.00 р.		924	28.346	41.303	129.36	979.643
	Итого за день:	100.00 р.		924	28.346	41.303	129.36	979.643

Обед № 5-ПК.

Понедельник 22.04.24								
Обед								
1	Салат из квашеной капусты с луком	8.66 р.	9/2018.	100	0.300	8.000	1.372	78.412
2	Суп гороховый с фрикадельками	17.77 р.	306/3/1998.	265	9.384	7.124	22.567	189.298
3	Печень по-строгановски	52.15 р.	748/3/1998.	100	13.330	12.950	7.169	198.610
4	Рис отварной с маслом	15.05 р.	934/3/1998.	180	4.450	4.255	46.685	242.840
5	Хлеб пшеничный	1.96 р.	ТПП	35	2.660	0.315	17.395	79.100
6	Компот из клубники с сахаром	6.81 р.	54-1хн-2020	200	0.100	0.000	15.930	65.450
Итого за Обед:				880	30.224	32.644	111.108	853.71
Итого за день:				880	30.224	32.644	111.108	853.71
Вторник 23.04.24								
Обед								
1	Винегрет овощной	7.78 р.	161/1998.	100	1.183	10.027	9.539	131.194
2	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	9.32 р.	307/3/1998.	250	6.088	6.250	23.475	170.895
3	Рыба тушеная в томате с овощами(филе минтая)*	49.16 р.	640/3/1998.	100	10.431	7.445	4.835	127.814
4	Картофельное пюре на молоке с маслом	16.92 р.	946/2/1998.	180	3.684	4.568	30.589	171.279
5	Хлеб пшеничный	3.36 р.	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
6	Компот сливовый с сахаром	11.23 р.	1203/3/1998.	200	0.000	0.000	14.970	59.850
Итого за Обед:				890	25.946	28.83	113.228	796.632
Итого за день:				890	25.946	28.83	113.228	796.632
Среда 24.04.24								
Обед								
1	Закуска свекольная	9.68 р.	55/2018	100	1.686	3.200	13.364	87.854
2	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне (со сметаной)	11.60 р.	262/1998.	250	5.110	9.783	13.931	162.367
3	Рагу овощное с мясом птицы(филе курицы)*	63.60 р.	887/3/1998.	225	17.682	8.704	27.785	254.175
4	Хлеб пшеничный	2.24 р.	ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
5	Компот из сухофруктов*	4.76 р.	1113/3/98	200	0.640	0.000	28.570	114.450
6	Пряник в индивидуальной упаковке	8.46 р.	ТПП	30	1.881	1.485	24.651	118.470
Итого за Обед:				845	30.039	23.532	128.181	827.716
Итого за день:				845	30.039	23.532	128.181	827.716
Четверг 25.04.24								
Обед								
1	Закуска овощная из квашеной капусты	8.85 р.	147/2018.	100	0.152	5.005	0.494	47.515
2	Свекольник на курином бульоне(со сметаной)	15.20 р.	95/2018.	255	5.699	10.806	19.856	196.314
3	Плов с курицей(филе курицы)*	60.56 р.	893/2/1998.	220	17.816	9.220	48.391	347.490
4	Хлеб пшеничный	3.36 р.	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
5	Компот с малиной, манго и сахаром	11.51 р.	54-1хн-2020	200	0.080	0.000	15.870	63.950
Итого за Обед:				835	28.307	25.571	114.431	790.869
Итого за день:				835	28.307	25.571	114.431	790.869
Пятница 26.04.24								
Обед								
1	Винегрет овощной	7.78 р.	161/1998.	100	1.183	10.027	9.539	131.194
2	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне (со сметаной)	11.21 р.	282/3/1998.	250	5.098	9.792	10.493	148.719
3	Жаркое по-домашнему	62.73 р.	820/3/1998.	245	15.448	18.349	29.365	331.585
4	Хлеб пшеничный	2.28 р.	ТПП	40	3.093	0.366	20.228	91.982
5	Сок фруктовый	16.00 р.	ТПП	200	1.000	0.000	28.000	112.000
Итого за Обед:				835	25.822	38.534	97.625	815.48
Итого за день:				835	25.822	38.534	97.625	815.48
Суббота 27.04.24								
Обед								
1	Икра свекольная	10.41 р.	54/2011.	100	2.875	4.995	16.346	120.193
2	Суп гороховый на курином бульоне*	9.36 р.	306/3/1998.	250	9.088	9.313	21.120	202.216
3	Котлета куриная(в) тушеная в томатном соусе*	49.91 р.	ТПП/1029/3/1998	140	13.959	12.803	14.933	230.763
4	Рис отварной с маслом	21.44 р.	934/3/1998.	210	5.120	7.970	53.410	305.860
5	Хлеб пшеничный	2.98 р.	ТПП	53	4.043	0.479	26.440	120.232
6	Кисель	5.90 р.	1131/3/98.	200	0.096	0.000	31.460	121.020
Итого за Обед:				953	35.181	35.56	163.709	1100.284
Итого за день:				953	35.181	35.56	163.709	1100.284
ИТОГО ЗА ОБЕД:				10476	347.817	374.228	1434.257	10313.078
ИТОГО ЗА ПЕРИОД:				10476	347.817	374.228	1434.257	10313.078
СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД:				873	28.98	31.19	119.52	859.42
СООТНОШЕНИЕ:						1	1.076	4.124

Примечание:

Директор

И.О. Бурова Н.Л.

Зав. произв.

Рауберт И.В.

Калькулятор