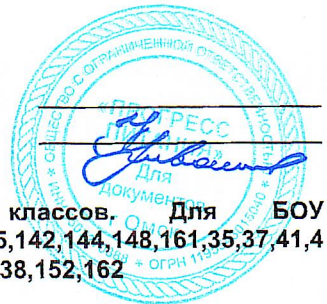


Директор
 Федорова Е.В.



Меню завтраков и обедов для учащихся 5-11 классов. Для БОУ №140,146,43,76,145,54,64,33,8,99,100,103,105,110,114,120,122,127,135,142,144,148,161,35,37,41,48,50,60,67,68,69,7,77,78,81,86,87,147,90,91,93,94,3,5,13,40,45,59,89,101,116,126,138,152,162
2 вариант

на период 18.05.26 - 30.05.26

Тип меню: П/Ф М

	577	Цена по результатам аукциона	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Понедельник 18.05.26								
Завтрак								
1	Паста сливочная с курицей		406/2022	240	18.133	31.142	37.181	502.570
2	Горошек зеленый порционный		ТПП	50	1.550	0.100	3.550	20.500
3	Хлеб пшеничный		ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
4	Чай с лимоном, с сахаром		54/3гн/2020	200(186/77)	0.263	0.000	7.265	31.828
	Итого за Завтрак:	110.00 р.		550	24.506	31.782	77.816	690.498
Обед								
1	Салат из квашеной капусты с луком		9/2018.	100	0.300	8.000	1.372	78.412
2	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне		307/3/1998.	250	6.088	6.250	23.475	170.895
3	Курица тушеная с картофелем		577/2024	250(200/50)	15.908	21.419	27.831	361.306
4	Хлеб пшеничный		ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
5	Компот из манго, с сахаром		54-1хн-2020.	200(165/20/15)	0.000	0.000	14.970	59.850
	Итого за Обед:	130.00 р.		860	26.856	36.209	97.468	806.063
	Итого за день:	240.00 р.		1410	51.362	67.991	175.284	1496.561
Вторник 19.05.26								
Завтрак								
1	Икра кабачковая порционная		ТПП	30	0.600	2.700	2.580	36.600
2	Котлета куриная запеченая(в)		ТТК	90	13.370	9.969	11.060	187.440
3	Картофельное пюре на свежем молоке с маслом		946/2/1998.	180(177/3)	3.872	3.026	31.299	160.982
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:	110.00 р.		560	22.602	16.235	81.814	550.07
Обед								
1	Маринад овощной с томатом*		1070/3/1998.	100	1.759	10.050	10.975	140.617
2	Борщ с капустой и картофелем на м/костном бульоне (со сметаной)		262/1998.	250(246/4)	5.731	7.590	13.955	144.965
3	Каша гречневая с мясом по-купечески		ТТК	200 (160/40)	17.084	8.290	19.925	222.136
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:	130.00 р.		810	29.774	26.47	103.245	757.768
	Итого за день:	240.00 р.		1370	52.376	42.705	185.059	1307.838
Среда 20.05.26								
Завтрак								
1	Запеканка творожная(п/ф)		ТТК	140	25.868	9.325	20.897	275.434
2	Соус клубничный*		1090/98.	40	0.076	0.000	16.698	68.096
3	Хлеб пшеничный		ТПП	45	3.420	0.405	22.365	101.700
4	Чай с облепихой с сахаром		54-13гн-2020	200(178/12/10)	0.308	0.000	10.709	45.018
5	Йогуртный продукт фасованный		ТПП	95(1/95)	2.300	2.500	16.600	100.000
6	Пряник в инд. уп.		ТПП	30(1 шт.)	1.881	1.485	24.651	118.470
	Итого за Завтрак:	110.00 р.		550	33.853	13.715	111.92	708.718
Обед								
1	Салат из свеклы отварной		54-13з	100	1.614	4.995	10.253	90.518
2	Суп гороховый на курином бульоне		306/3/1998.	250	10.563	9.408	26.400	229.441
3	Рыба тушеная в томате с овощами(филе минтая)*		640/3/1998.	100(50/50)	10.431	7.445	4.835	127.814
4	Рис отварной с овощами		759/2024	180	4.041	5.935	40.743	232.180
5	Хлеб пшеничный		ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
6	Компот из плодов свежих (лимон)		929/2024	200(170/20/14)	0.126	0.000	20.380	84.560
	Итого за Обед:	130.00 р.		860	29.055	28.053	117.521	832.313
	Итого за день:	240.00 р.		1410	62.908	41.768	229.441	1541.031
Четверг 21.05.26								
Завтрак								
1	Тестели(биточки) "Натуральные"(в) тушеные в сметанном соусе с томатом		ТПП/1045/3/1998	120(90/30)	13.449	11.698	12.659	212.132
2	Каша гречневая с овощами		752/2024	180	7.019	5.419	32.018	204.399
3	Хлеб пшеничный		ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
4	Чай с манго с сахаром		54-13гн-2020	200(178/12/10)	0.200	0.000	10.049	41.418
	Итого за Завтрак:	110.00 р.		550	24.468	17.567	79.576	570.949
Обед								
1	Закуска овощная с чесноком		198/1998	100	2.153	9.551	13.309	146.690
2	Щи из свежей капусты, с картофелем на м/костном бульоне (со сметаной)		282/3/1998.	250 (246/4)	5.644	7.563	10.503	130.640
3	Фрикасе из курицы		599/2022	100(50/50)	13.346	15.513	7.748	223.845

4	Макаронные изделия отварные с маслом		940/2/1998.	180(177/3)	6.644	2.957	42.466	223.238
5	Хлеб пшеничный		ТПП	30	0.100	0.000	14.910	67.800
6	Компот из клубники с сахаром		54-1хн-2020	200(165/20/15)	2.280	0.270	14.910	67.800
Итого за Обед:					0.100	0.000	14.910	67.800
Итого за день:		130.00 р.		860	30.167	35.854	15.930	65.450
Пятница 22.05.26		240.00 р.		1410	54.635	53.421	104.866	857.663
Завтрак							184.442	1428.612
1	Плов с курицей(филе курицы)*		893/2/1998.	250(210/40)	15.671	19.625	56.584	465.229
2	Маринад овощной с томатом*		1070/3/1998.	40	0.703	4.020	4.390	56.247
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:		110.00 р.		550	20.43	25.1	93.504	675.586
Обед								
1	Закуска из стручковой фасоли с морковью		215/2024	100	1.700	1.841	5.628	48.780
2	Суп картофельный с макаронными изделиями и фрикадельками*		307/3/1998.	250(235/15)	6.343	4.084	23.569	152.821
3	Рагу овощное с мясом птицы(филе курицы)*		887/3/1998.	250(210/40)	13.629	18.871	32.512	347.330
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:		130.00 р.		860	26.872	25.336	120.099	798.981
Итого за день:		240.00 р.		1410	47.302	50.436	213.603	1474.567
Суббота 23.05.26								
Завтрак								
1	Говядина тушеная с картофелем		577/2024	240(200/40)	15.713	12.387	27.334	277.393
2	Салат из свеклы отварной		54-13з	80	1.614	4.995	10.253	90.518
3	Хлеб пшеничный		ТПП	45	3.420	0.405	22.365	101.700
4	Чай с черникой с сахаром		54-13гн-2020	200(178/12/10)	0.200	0.000	10.049	41.418
Итого за Завтрак:		110.00 р.		565	20.947	17.787	70.001	511.029
Обед								
1	Огурец соленый		ТПП	100	0.000	0.000	3.000	12.000
2	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне (со сметаной)		262/1998.	225 (220/5)	4.603	8.887	12.526	146.850
3	Плов из говядины*		828/3/1998.	200(160/40)	17.376	11.315	43.878	346.682
4	Хлеб пшеничный		ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
5	Компот из облепихи*		54-1хн-2020	200(165/20/15)	0.180	0.000	16.070	65.850
6	Корж молочный в инд. уп.		ТПП	45(1/45)	3.450	6.150	32.600	229.000
Итого за Обед:		130.00 р.		800	27.889	26.622	122.984	868.182
Итого за день:		240.00 р.		1365	48.836	44.409	192.985	1379.211
Понедельник 25.05.26								
Завтрак								
1	Гуляш из мяса птицы		673/2024	100(50/50)	12.074	12.372	4.484	177.141
2	Макаронные изделия отварные с маслом		940/2/1998.	180(177/3)	6.644	2.957	42.466	223.238
3	Горошек зеленый порционный		ТПП	35	1.085	0.070	2.485	14.350
4	Хлеб пшеничный		ТПП	35	2.660	0.315	17.395	79.100
5	Чай с лимоном, с сахаром		54/3гн/2020	200(186/7/7)	0.263	0.000	7.265	31.828
Итого за Завтрак:		110.00 р.		550	22.726	15.714	74.095	525.657
Обед								
1	Закуска овощная с чесноком		198/1998	100	2.153	9.551	13.309	146.690
2	Борщ с капустой и картофелем на м/костном бульоне (со сметаной)		262/1998.	250(246/4)	5.731	7.590	13.955	144.965
3	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
4	Каша гречневая с овощами		752/2024	180	7.019	5.419	32.018	204.399
5	Хлеб пшеничный		ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
6	Компот из манго, с сахаром		54-1хн-2020.	200(165/20/15)	0.000	0.000	14.970	59.850
Итого за Обед:		130.00 р.		870	30.482	33.462	101.288	823.459
Итого за день:		240.00 р.		1420	53.208	49.176	175.383	1349.116
Вторник 26.05.26								
Завтрак								
1	Плов с курицей(филе курицы)*		893/2/1998.	250(210/40)	15.671	19.625	56.584	465.229
2	Маринад овощной с томатом*		1070/3/1998.	40	0.703	4.020	4.390	56.247
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:		110.00 р.		550	21.134	24.185	97.849	686.524
Обед								
1	Салат из свеклы отварной		54-13з	100	1.614	4.995	10.253	90.518
2	Суп гороховый на курином бульоне		306/3/1998.	250	10.563	9.408	26.400	229.441
3	Рыба, тушеная с овощами (филе кеты)		533/2024	100(50/50)	12.108	9.628	5.965	158.926
4	Картофельное пюре на свежем молоке с маслом		946/2/1998.	180(177/3)	3.872	3.026	31.299	160.982
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:		130.00 р.		860	31.077	27.327	117.397	822.117
Итого за день:		240.00 р.		1410	52.211	51.512	215.246	1508.641
Среда 27.05.26								
Завтрак								
1	Каша молочная пшенная с маслом		548/1/1998г.	250(245/5)	8.662	7.817	47.374	295.352
2	Корж молочный в инд. уп.		ТПП	45(1/45)	3.450	6.150	32.600	229.000
3	Хлеб пшеничный		ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300

4	Какао с молоком		872/2024	200		3.466	2.750	12.520	89.920
	Итого за Завтрак:	110.00 р.		550		19.758	17.212	119.829	738.572
	Обед								
1	Закуска овощная из квашенной капусты		147/2018.	100		0.152	5.005	0.494	47.515
2	Свекольник с фрикадельками (со сметаной)*		95/2018.	250(230/15/5)		5.785	7.312	18.372	159.318
3	Гуляш из говядины		579/2024	100(40/60)		13.422	7.099	3.911	133.069
4	Перловка отварная рассыпчатая с маслом		302/2007	180(177/3)		5.643	2.840	40.456	210.134
5	Хлеб пшеничный		ТПП	80		6.080	0.720	39.760	180.800
6	Компот из клубники с сахаром		54-1хн-2020	200(165/20/15)		0.100	0.000	15.930	65.450
	Итого за Обед:	130.00 р.		910		31.182	22.976	118.923	796.286
	Итого за день:	240.00 р.		1460		50.94	40.188	238.752	1534.858
	Четверг 28.05.26								
	Завтрак								
1	Закуска свекольная								
2	Курица тушеная с картофелем		55/2018	40		0.674	1.280	5.346	35.142
3	Хлеб пшеничный		577/2024	250(210/40)		13.473	19.224	29.099	336.596
4	Чай с лимоном, с сахаром		ТПП	60		4.560	0.540	29.820	135.600
	Итого за Завтрак:	110.00 р.	54/3гн/2020	200(186/7/7)		0.263	0.000	7.265	31.828
	Обед			550		18.97	21.044	71.53	539.166
1	Закуска овощная с чесноком								
2	Щи из свежей капусты, с картофелем на м/костном бульоне (со сметаной)		198/1998	100		2.153	9.551	13.309	146.690
3	Паста сливочная с курицей		282/3/1998.	250 (246/4)		5.644	7.563	10.503	130.640
4	Хлеб пшеничный		406/2022	250		18.889	32.440	38.730	523.510
5	Компот из облепихи*		ТПП	40		3.040	0.360	19.880	90.400
	Итого за Обед:	130.00 р.	54-1хн-2020	200(165/20/15)		0.180	0.000	16.070	65.850
	Итого за день:	240.00 р.		840		29.906	49.914	98.492	957.09
	Пятница 29.05.26								
	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	Каша гречневая с овощами		752/2024	180		7.019	5.419	32.018	204.399
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:	110.00 р.		550		24.743	18.258	77.307	566.753
	Обед								
1	Горошек зеленый порционный								
2	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне		ТПП	100		3.100	0.200	7.100	41.000
3	Рагу овощное с мясом птицы(филе курицы)*		307/3/1998.	250		6.088	6.250	23.475	170.895
4	Хлеб пшеничный		887/3/1998.	250(210/40)		13.629	18.871	32.512	347.330
5	Компот из сухофруктов*		ТПП	40		3.040	0.360	19.880	90.400
	Итого за Обед:	130.00 р.	1113/3/98	200(185/15)		0.640	0.000	28.570	114.450
	Итого за день:	240.00 р.		840		26.497	25.681	111.537	764.075
	Суббота 30.05.26								
	Завтрак								
1	Курица тушеная с морковью в сметанном соусе (филе курицы)*		303/2011	120(40/40/40)		11.827	15.171	6.315	208.592
2	Рис отварной с овощами		759/2024	180		4.041	5.935	40.743	232.180
3	Хлеб пшеничный		ТПП	50		3.800	0.450	24.850	113.000
4	Чай с облепихой с сахаром		54-13гн-2020	200(178/12/10)		0.308	0.000	10.709	45.018
	Итого за Завтрак:	110.00 р.		550		19.976	21.556	82.617	598.79
	Обед								
1	Салат из свеклы отварной		54-13з	100		1.614	4.995	10.253	90.518
2	Суп картофельный на курином бульоне		247/2022	250		5.888	6.565	25.290	178.041
3	Говядина тушеная с капустой		576/2024	240(200/40)		17.293	8.071	20.162	220.567
4	Хлеб пшеничный		ТПП	60		4.560	0.540	29.820	135.600
5	Кисель		1131/3/98.	200		0.096	0.000	31.460	121.020
	Итого за Обед:	130.00 р.		850		29.451	20.171	116.985	745.746
	Итого за день:	240.00 р.		1400		49.427	41.727	199.602	1344.536
	ИТОГО ЗА Завтрак:	1320.00 р.		6625		274.113	240.155	1037.858	7362.312
	ИТОГО ЗА Обед:	1560.00 р.		10220		349.208	358.075	1330.805	9829.743
	ИТОГО ЗА ПЕРИОД:	2880.00 р.		16845		623.321	598.23	2368.663	17192.055
	СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД:	240.00 р.		1403.75		51.94	49.85	197.39	1432.67
	СООТНОШЕНИЕ:					1	0.96	3.8	

Примечание:

Директор _____

Зав. произв. _____

Калькулятор _____