

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ(ЗАВТРАК)

для организации бесплатного горячего питания обучающихся 5-11 классов(12-18 лет) из малообеспеченных, многодетных семей, детей из семей СВО, получающих общее образование.

наименование блюд	масса порции	Цена	пищевые вещества			энергетическая ценность	№ Рецептуры
			б	ж	у		
<i>1-я неделя</i>							
ПОНЕДЕЛЬНИК							
ЗАВТРАК							
Суп молочный с макаронными изделиями	250	50,08	11,52	14,86	50,6	326,08	№ 160 2004г
Чай с сахаром	200	5,10	0,20	0,00	15,00	60,80	№ 712/713 2008г
Хлеб пшеничный	40	4,20	3,06	0,26	19,33	91,90	технологическая карта табл.
Фрукты свежие сезонные	100	25,00	0,40	0,40	9,80	44,40	технологическая карта табл.
Итого за завтрак:	600	84,38	15,40	16,29	79,25	525,21	
ВТОРНИК							
ЗАВТРАК							
Омлет натуральный запеченный	200	52,58	10,58	16,41	5,55	265,21	№ 307 2008г
Горошек зеленый консервированный	60	10,60	2,52	0,17	5,10	32,01	№ 27а 2008г
Какао с молоком	200	17,00	3,08	3,50	17,80	115,02	№ 725 2008г
Хлеб пшеничный	40	4,20	3,06	0,26	19,33	91,90	технологическая карта табл.

Итого за завтрак:	520,00	84,38	18,56	19,10	70,14	526,70	
СРЕДА							
ЗАВТРАК							
Шницель рубленый	80	47,50	13,29	14,02	7,9	188,1	№ 465 2008г
Макароны отварные	180	16,58	9,62	9,37	36,83	324,13	№ 299/519 2008г
Соленья в ассортименте	60	10,40	0,48	0,06	1,02	6,54	технологическая карта табл.
Хлеб пшеничный	40	4,20	3,06	0,26	19,33	91,90	технологическая карта табл.
Чай с сахаром, лимоном	200	5,70	0,30	0,01	15,20	62,09	№ 714 2008г
Итого за завтрак:	580	84,38	18,97	17,44	81,31	658,08	
ЧЕТВЕРГ							
ЗАВТРАК							
Каша молочная вязкая с рисом, маслом	250	49,48	7,80	14,49	39,65	310,09	№323 2004г
Фрукты свежие сезонные	100	25,00	0,40	0,40	9,80	44,40	технологическая карта табл.
Хлеб пшеничный	40	4,20	3,06	0,26	19,33	91,90	технологическая карта табл.
Кофейный напиток	200	5,70	2,01	2,00	18,00	98,04	№ 719 2008г
Итого за завтрак:	600,0	84,38	15,60	18,10	76,78	560,30	
ПЯТНИЦА							
ЗАВТРАК							
Гуляш из говядины	100	43,79	9,1	12,62	16,66	216,62	№443 2008г
Пюре картофельное	180	21,02	4,12	6,87	22,37	187,79	№ 525 2008г
Кофейный напиток с молоком	200	15,37	0,36	2,7	29,2	155,5	№ 714 2008г
Хлеб пшеничный	40	4,20	3,06	0,26	19,33	91,90	технологическая карта табл.
Итого за завтрак:	580	84,38	15,48	15,97	73,94	501,41	

2-я неделя							
ПОНЕДЕЛЬНИК							
ЗАВТРАК							
Каша "Дружба" с маслом, сахаром	250	50,08	11,41	14,2	32,28	286,56	№ 297 2004г
Чай с сахаром	200	5,10	0,20	0,00	15,00	60,80	№ 712/713 2008г
Хлеб пшеничный	40	4,20	3,06	0,26	19,33	91,90	технологическая карта табл.
Фрукты свежие сезонные	100	25,00	0,40	0,40	9,80	44,40	технологическая карта табл.
Итого за завтрак:	600,0	84,38	15,4	15,81	71,44	489,53	
ВТОРНИК							
ЗАВТРАК							
Запеканка творожная с рисом	180	49,48	18,11	16,65	32,51	319,33	№ 326 2008г
Чай с сахаром, лимоном	200	5,70	0,30	0,01	15,20	62,09	№ 714 2008г
Хлеб пшеничный	40	4,20	3,06	0,26	19,33	91,90	технологическая карта табл.
Фрукты свежие сезонные	100	25,00	0,40	0,40	9,80	44,40	технологическая карта табл.
Итого за завтрак:	545	84,38	18,41	16,32	72,62	511,00	
СРЕДА							
ЗАВТРАК							
Биточки рыбные	100	53,46	8,61	10,87	14,81	190,51	№ 340 2008г
Пюре картофельное	180	21,02	4,12	6,87	22,37	187,79	№ 525 2008г
Кофейный напиток	200	5,70	2,01	2	18	98,04	№ 692 2004г
Хлеб пшеничный	40	4,20	3,06	0,26	19,33	91,90	технологическая карта табл.
Итого за завтрак:	580		16,7	17,21	74,89	521,25	

ЧЕТВЕРГ							
<i>ЗАВТРАК</i>							
Тефтели мясные с соусом	90	48,78	5,43	7,03	6,42	110,67	№ 462 2004г
Каша гречневая рассыпчатая	180	16,03	7,49	9,96	14,92	180,28	№ 243 2004г
Кофейный напиток с молоком	200	15,37	3,6	2,7	29,2	155,50	№ 692 2004г
Хлеб пшеничный	40	4,20	3,06	0,26	19,33	91,90	технологическая карта табл.
Итого за завтрак:	600,0	84,38	19,27	17,05	69,51	508,57	
ПЯТНИЦА							
<i>ЗАВТРАК</i>							
Каша манная молочная	250	38,18	9,47	11,80	22,17	218,76	№318 2004г
Какао с молоком	200	17,00	3,08	3,50	17,80	115,02	№ 725 2008г
Хлеб пшеничный	40	4,20	3,06	0,26	19,33	91,90	технологическая карта табл.
Фрукты свежие сезонные	100	25,00	0,40	0,40	9,80	44,40	технологическая карта табл.
Итого за завтрак:	580	84,38	16,34	16,91	67,1	485,95	