

Составлено
Директор Общеобразовательного учреждения

Утверждено
Директор ООО "Гарант Продукт"



МЕНЮ

в столовых общеобразовательных школ РТ (МЛАДШИЕ) 64,19 руб
с 04 по 10 сентября, с 18 по 23 сентября, с 02 по 07 октября, с 16 октября по 21 октября

7 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углевод м, г	
2012	41m	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60		4,0	0,7	5,6	62,0
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150g		4,7	5,6	35,9	206,4
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	90		15,4	13,4	3,1	205,1
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		2,1	1,2	23,4	117,5
2008	444	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		0,2	1,3	8,5	40,8
2008	443	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,1	1,5	10,0	47,4
Итого за прием пищи:				64,19	26,5	23,7	66,6	681,2

8 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углевод м, г	
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60		0,1	0,5	1,5	8,4
2011	291m	ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ	200		13,5	18,1	41,3	357,0
2011	377	ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	185г/05		0,0	0,1	10,0	41,6
2008	444	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		0,2	1,3	8,5	40,8
2008	443	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,1	1,5	10,0	47,4
2008	338	ЯБЛОКО	120		0,5	0,5	11,8	56,4
Итого за прием пищи:				64,19	14,4	22,0	83,1	661,6

9 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углевод м, г	
2011	24	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60		3,6	0,6	2,2	44,1
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160		4,7	3,2	21,4	140,7
2011	227 ГП	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ В СОУСЕ	60г/40		4,6	10,5	1,8	90,7
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200		2,8	3,4	14,6	98,1
2008	444	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		0,2	1,3	8,5	40,8
2008	443	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,1	1,5	10,0	47,4
2008		ПЕЧЕНЬЕ	10		1,0	0,8	7,4	41,7
Итого за прием пищи:				64,19	17,0	21,3	65,9	603,6

10 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углевод м, г	
2012	41m	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60		4,0	0,7	6,6	66,0
2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	150g		4,3	2,7	15,6	111,6
2011	295 m	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ С СОУСОМ	60г/40		7,6	9,7	9,8	146,4
2011	378	ЧАЙ С САХАРОМ	185г/05		0,0	0,1	6,0	20,6
2008	444	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		0,2	1,3	8,5	40,8
2008	443	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,1	1,5	10,0	47,4
2008	338	ЯБЛОКО	120		0,5	0,5	11,8	56,4
Итого за прием пищи:				64,19	16,8	16,6	67,3	489,2

11 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углевод м, г	
2011	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ(С МАСЛОМ)	60		3,7	0,8	5,0	56,1
2011	289 m	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200		6,4	17,7	21,4	211,7
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		2,1	1,2	23,4	117,5
2008	444	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		0,2	1,3	8,5	40,8
2008	443	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,1	1,5	10,0	47,4
Итого за прием пищи:				64,19	12,4	22,5	68,3	473,6

12 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углевод м, г	
1987	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	60		2,1	0,6	5,1	42,5
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150g		5,3	4,5	20,2	148,8
2011	270 m	БИШТЕКС РУБЛЕННЫЙ С СОУСОМ	60г/30		7,4	9,6	10,7	148,0
2011	377	ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	185г/05		0,0	0,1	10,0	41,6
2008	444	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		0,2	1,3	8,5	40,8
2008	443	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,1	1,5	10,0	47,4
Итого за прием пищи:				64,19	15,1	17,6	64,5	469,1

Согласовано
 Директор Образовательного учреждения
 МБОУ «Мурадинская ООШ»

Утверждено
 Директор ООО «Гарант-продукт»

МЕНЮ

в столовых общеобразовательных школ РТ (МЛАДШИЕ) 64,19 руб

с 11 по 16 сентября, с 26 по 30 сентября, с 09 по 14 октября, с 23 октября по 28 октября

1 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углевод м, г	
2012	41m	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60		4,0	0,7	6,6	66,0
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5		4,7	5,0	35,9	208,4
2011	227 ПП	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ В СОУСЕ	60/40		4,6	10,5	1,8	90,7
2011	377	ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	185/10/5		0,0	0,1	10,0	41,8
2008	444	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		0,2	1,3	8,5	40,8
2008	443	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,1	1,5	10,0	47,4
2008	1	ПЕЧЕНЬЕ	10		1,0	0,8	7,4	41,7
Итого за прием пищи:				64,19	14,6	20,5	80,2	538,6

2 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углевод м, г	
2011	82	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ(С МАСЛОМ)	60		3,7	0,8	5,0	56,1
2011	291m	ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ	200		13,5	18,1	41,3	357,0
2011	388	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200		0,2	0,5	21,5	99,4
2008	444	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		0,2	1,3	8,5	40,8
2008	443	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,1	1,5	10,0	47,4
2008	338	ЯБЛОКО	120		0,5	0,8	11,8	56,4
Итого за прием пищи:				64,19	18,2	22,7	88,1	887,1

3 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углевод м, г	
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60		3,0	0,9	3,9	47,5
2008	324	КАША ГРЕЧЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5		5,2	4,4	20,0	143,8
2011	270 m	ВИШТЕКС РУБЛЕННЫЙ С СОУСОМ	60/20		7,4	9,8	10,7	148,0
2011	377	ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	185/10/5		0,0	0,1	10,0	41,8
2008	444	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		0,2	1,3	8,5	40,8
2008	443	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,1	1,5	10,0	47,4
Итого за прием пищи:				64,19	15,9	17,8	83,1	488,1

4 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углевод м, г	
2012	41m	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60		4,0	0,7	6,6	66,0
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5		4,7	5,0	35,9	208,4
2011	295 m	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ С СОУСОМ	60/40		7,8	9,7	9,8	146,4
2011	378	ЧАЙ С САХАРОМ	195/5		0,0	0,1	5,2	21,2
2008	444	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		0,2	1,3	8,5	40,8
2008	443	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,1	1,5	10,0	47,4
2008	338	ЯБЛОКО	120		0,5	0,8	11,8	56,4
Итого за прием пищи:				64,19	17,3	19,4	87,8	586,6

5 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углевод м, г	
2008	39	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И МОРКОВЬЮ	60		5,9	0,9	3,9	72,3
2011	289 m	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200		8,4	17,7	21,4	211,7
2011	348	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200		2,1	1,2	23,4	117,5
2008	444	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		0,2	1,3	8,5	40,8
2008	443	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,1	1,5	10,0	47,4
Итого за прием пищи:				64,19	14,7	22,9	67,3	489,7

6 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углевод м, г	
2008		ЛОМИДОР СВЕЖИЙ	60		0,1	0,7	2,3	14,4
2008	323	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	150/5		4,8	4,0	24,4	158,2
2011	295 m	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ С СОУСОМ	60/40		7,8	9,7	9,8	146,4
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200		2,8	3,4	14,6	98,1
2008	444	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		0,2	1,3	8,5	40,8
2008	443	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,1	1,5	10,0	47,4
Итого за прием пищи:				64,19	15,9	20,8	89,6	505,3