

Согласовано
 Директор Общеобразовательного учреждения
 Ф. П. З. Мухоморова

Утверждаю
 Тарит Продукт+
 И.И. Валеев



МЕНЮ
 в столовых общеобразовательных школ РТ (МЛАДШИЕ) с 1 по 3 сентября, с 12 по 17 сентября, с 26 сентября по 1 октября 2022г.

1 день

Сборник рецептур	№ ТТК	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность
2008	39	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И МОРКОВИ	60		5,9	0,9	4,7	75,9
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5		4,7	5,6	35,9	208,4
2008	251	РЫБНАЯ "НЕЖЕНКА"	60		2,0	7,8	11,5	95,1
2011	377	ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	185/10/5		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:				54,83	12,8	17,3	80,7	509,1

2 день

2008	338	ЯБЛОКО	120		0,5	0,5	11,8	56,4
2011	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ(С МАСЛОМ)	60		3,7	0,8	5,0	56,1
2011	291гг	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
Итого за прием пищи:				54,83	18,2	22,9	88,1	657,0

3 день

2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60		0,1	0,5	1,5	8,4
2011	199	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	150		5,1	15,6	32,7	239,3
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ	60/30		8,2	8,7	6,3	133,8
2011	377	ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	185/10/5		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:				54,83	13,6	27,8	99,1	511,3

4 день

2008	338	ЯБЛОКО	120		0,5	0,5	11,8	56,4
2011	24	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60		3,7	0,6	2,2	45,2
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5		5,3	4,9	20,2	148,8
2011	297	КУРИНЫЕ ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	80		3,6	9,8	6,3	95,3
2011	376	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
Итого за прием пищи:				54,83	13,4	18,3	84,1	465,0

5 день

2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	80		0,1	0,7	2,3	14,4
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150		4,7	3,2	21,4	240,8
2008	251	РЫБНАЯ "НЕЖЕНКА"	60		6,6	8,7	18,4	105,9
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:				54,83	13,8	16,6	84,0	566,8

6 день

2012	41гг	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60		4,0	0,7	7,5	70,0
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	150/5		6,2	5,3	25,9	180,9
2011	295гг	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ С СОУСОМ	60/40		7,8	9,7	9,9	146,7
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
Итого за прием пищи:				54,83	21,1	21,9	76,5	583,8

Согласовано
 Директор Общеобразовательного учреждения

Р.З. Мухоморова

Утверждаю
 Директор ООО "Гарант Продукт"



МЕНЮ

в столовых общеобразовательных школ РТ (МЛАДШИЕ) 54,83 руб
 с 5 по 10 сентября, с 19 по 24 сентября, с 3 по 8 октября 2022г.

7 день

Сборник рецептов	№ ТТК	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	
2011	24	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60		3,7	0,6	2,2	45,2
2011	199	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	150		5,1	16,0	33,4	243,4
2011	270 m	БИШТЕКС РУБЛЕННЫЙ С СОУСОМ	60/30		7,4	9,6	10,8	148,9
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	195/5		0,0	0,1	5,0	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
Итого за прием пищи:				54,83	16,5	29,1	70,0	546,1

8 день

2008	338	ЯБЛОКО	120		0,5	0,5	11,8	56,4
2011	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ(С МАСЛОМ)	60		3,7	0,6	5,0	56,1
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	150		4,5	3,7	38,8	210,7
2011	280 m	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	60/50		18,0	13,0	2,8	225,2
2011	377	ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	185/10/5		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:				54,83	27,0	21,0	86,8	678,2

9 день

2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60		3,0	0,8	5,4	53,4
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150		4,7	3,2	21,4	240,8
2008	251	РЫБНАЯ "НЕЖЕНКА"	60		6,8	8,7	18,4	105,9
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:				54,83	17,4	19,0	75,4	588,5

10 день

2008	338	ЯБЛОКО	120		0,5	0,5	11,8	56,4
2012	41 m	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60		4,0	0,7	7,8	70,0
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5		4,7	5,6	35,9	208,4
2011	295 m	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ С СОУСОМ	60/40		7,8	9,7	9,9	146,7
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	195/5		0,0	0,1	5,0	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
Итого за прием пищи:				54,83	17,3	19,4	88,7	590,2

11 день

2011	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ(С МАСЛОМ)	60		3,7	0,6	5,0	56,1
2011	289 m	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200		6,4	17,7	21,4	211,7
2011	349	КОМПЛОТ 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:				54,83	12,5	22,6	68,2	473,4

12 день

1997	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	60		2,1	0,6	5,1	42,5
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	150/5		6,2	5,3	25,9	180,9
2011	280 m	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	100		11,0	8,1	6,0	163,0
2011	377	ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	185/10/5		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:				54,83	19,5	17,0	67,5	516,2