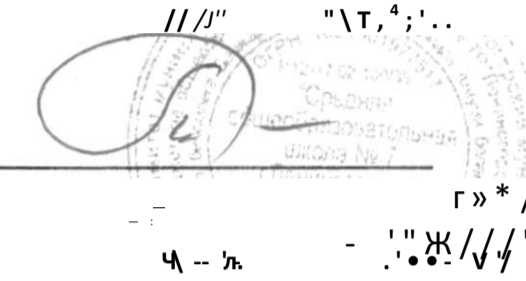


LA



Утверждаю:
 Директор ООО "ГРАНД"
 И.П.Фадеева

Согласовано:



Примерное меню

		2022год												
1 день 2 *неделя														
1-4классы														
Рецепту ра	Наименование блюд	Выход,г	Белки^	Жиры,г	Углевод ы,г	Калори йность, ккал	Вит.В1,м г	Вит.С,м г	Вит.А,м г	Вит.Е,мг	Са,мг	Р,мг	Mg,Mr	Fe,Mr
№45 сбо	Салат из моркови с сахаром	60	0,516	2,132	4,450	50	0,029	13,430	0,000	0,234	23,302	10,850	2,468	0,158
№266	Бифштекс руб	80	8,320	7,150	0,000	200	0,040	0,000	1,343	11,010	127,020	120,000	6,000	1,100
№312	Пюре картофельное	150	3,090	8,282	22,0*00	172	0,164	7,943	0,080	3,000	47,805	98,835	8,000	0,000
№376	Чай с сахаром	200/7	0,530	0,000	9,470	40	0,000	0,270	0,000	0,000	13,600	22,130	11,730	0,100
	Хлеб сельскийДс	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0,000	0,000	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
Итого по питанию:			15,736	18,004	59,680	577	0,280	21,643	1,423	14,682	220,487	284,035	35,398	2,060
5-11классы														
№304	Пюре картофельное	180			35,520	252	0,053	0,000	0,216	0,341	13,750	100,980	15,990	0,012
№266	Бифштекс руб	80	8,320	7,150	0,000	200	0,040	0,000	0,000	1,343	11,010	127,020	6,000	1,100
№376	Чай с сахаром	200/7	0,530	0,000	9,470	40	0,000	0,270	0,000	0,000	13,600	22,130	11,730	0,100
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0,000	0,000	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Хлеб сельский,	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
Итого по питанию:			18,890	17,390	78,125	683	0,540	16,750	0,236	2,320	98,420	282,370	60,520	2,670
ГПД:														

№138,20	Суп картофельный с бобовыми	250	5,450	5,270	16,530	86	0,228	0,000	0,000	0,000	14,220	21,610	35,570	2,050	1
	Чай с сахаром	200/7	0,530	0,000	9,470	40	0,000	0,270	0,000	0,000	13,600	22,130	11,730	0,100	
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71	0,033	0,00	0	0,33	6	19,5	4,2	0,33	
	Итого по питанию:		8,260	5,510	40,760	197	0,261	0,270	0,000	0,330	33,820	63,240	51,500	2,480	
2 день 2 неделя															
1-4классы															
№52	Салат из свеклы отварной	60	0,855	3,653	11,580	56	0,011	7,700	0,000	0,641	121,090	84,582	12,540	0,198	
338	Фрукты	100	0,400	0,400	7,350	47	0,030	8,000	0,000	0,100	16,000	11,000	9,000	0,030	
3291	Пельмени отварные	180/5		14,720	28,340	364	0,210	4,900	0,100	1,200	83,070	237,000	40,450	1,900	
№376	Чай с сахаром	200/7	0,530	0,000	9,470	40	0,000	0,270	0,000	0,000	13,600	22,130	11,730	0,100	
	Хлеб сельскийДс	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372	
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0,000	0,000	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330	
	Итого по питанию:		5,065	19,213	80,500	622	0,298	20,870	0,100	2,379	242,520	386,932	80,920	2,930	
5-11классы															
	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	2,10	5,11	16,59	120,75	0,10	7,54	0,00	0,00	26,45	71,95	25,95	0,98	
	Булочка сдобная	50	3,8	5,1	23,7	164,3	0,05	0,02	0	0	21,67	0	0	0,42	
№376	Чай с сахаром	200/7	0,53	0,00	9,47	40,00	0,00	0,27	0,00	0,00	13,60	22,13	11,73	0,10	
	Хлеб пшеничный	30	2,38	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33	
	Хлеб сельский	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372	
	Итого по питанию:		9,81	10,65	73,52	440,05	0,20	7,83	0,00	0,44	70,48	126,30	44,88	2,20	
ГПД:															

	Каша пшеничная молочная	150/5	8,55	7,23	41,17	270,50	0,21	0,00	0,00	0,00	14,00	0,00	0,00	4,42
	Чай с сахаром	200/7	0,530	0,000	9,470	40	0,000	0,270	0,000	0,000	13,600	22,130	11,730	0,100
	Хлеб пшеничный	40	3,173	0,32	19,68	94,66	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44
	Итого по питанию:		12,253	7,550	70,320	405	0,254	0,270	0,000	0,440	35,600	48,130	17,330	4,960
3 день 2 неделя														
1-4 классы														
№62	Фрукты	100	0,40	0,40	7,35	47,00	0,03	8,00	0,00	0,10	16,00	11,00	9,00	0,03
№203	Макаронные изделия отварные	150	5,100	4,468	28,500	187	0,087	0,000	0,100	0,816	16,457	57,009	8,479	0,860
№234	Биточки рыбные	80	6,450	4,240	7,490	116	0,050	0,480	0,100	0,646	44,020	137,060	12,000	0,000
№378	Чай с сахаром	200/7	0,53	0,000	9,470	40,000	0	0,270	0,000	0,000	13,600	22,130	11,730	0,100
	Хлеб сельскийДс	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0,000	0,000	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Итого по питанию:		15,760	9,548	76,570	505	0,213	8,750	0,200	2,000	98,837	259,419	48,409	1,692
5-11 клас(ы)														
№203	Макаронные изделия отварные	180	6,120	5,362	34,200	224	0,104	0,000	0,120	0,979	19,740	68,410	10,175	1,030
№234	Биточки рыбные	80	6,450	4,240	7,490	116	0,050	0,480	0,100	0,646	44,020	137,060	12,000	0,000
№378	Чай с сахаром	200/7	0,53	0,00	9,47	40,00	0,00	0,27	0,00	0,00	13,60	22,13	11,73	0,10
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142,00	0,07	0,00	0,00	0,22	5,52	25,44	6,00	0,66
	Хлеб сельский	30	1,500	0,300	132,500	66	0,021	0,000	0,000	0,162	4,140	19,080	4,500	0,558

Итого по питанию:		1	19,160	10,382	231,Д80	588	0,241	0,750	0,220	1,841	87,020	272,120	44,405	2,348
ГД:														
Дели	Борщ из свежей капусты со сметанной	250/10	1,550	1,870	9,330	57	0,040	9,970	0,000	0,000	40,000	0,000	0,000	1,200
Дели	Чай с сахаром	200/7	0,530	0,000	9,470	40	0,000	0,270	0,000	0,000	13,600	22,130	11,730	0,100
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,66	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44
Итого по питанию:			5,120	2,190	38,480	191	0,084	10,240	0,000	0,440	61,600	48,130	17,330	1,740
4 день 2 неделя														
1-4классы														
Дели 2011	Салат из свеклы отварной	60	0,855	3,653	11,580	56	0,011	7,700	0,000	0,641	121,090	84,582	12,540	0,198
сбор. Рец. №243дели 2011	Пюре гороховое	150		8,282	22,000	172	0,164	7,943	0,060	0,231	47,805	98,835	8,000	0,000
	Колбасные изделия отварные (сосиски)	50	3,700	5,450	0,300	54	0,015	0,000	0,000	0,500	17,500	69,500	8,000	0,000
№377	Чай с сахаром	200/7	0,530	0,000	9,470	40	0,000	0,270	0,000	0,000	13,600	22,130	11,730	0,100
	Хлеб сельскийДс	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033			0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
Итого по питанию:			8,365	17,825	67,110	437	0,237	15,913	0,060	1,810	208,755	307,267	47,470	1,000
5-11классы														
330	Пюре гороховое	180/5	14,150	3,350	30,830	214	0,324	0,000	3,110	0,830	117,590	87,950	79,560	4,550
Дели ДеЛи,2011-	Колбасные изделия отварные (сосиски)	50	7,4	10,9	0,8	108	0,87	0	0	1	35	139	16	0
	Чай с сахаром	200/7	0,53	0,00	9,47	40,00	0,00	0,27	0,00	0,00	13,60	22,13	11,73	0,10
	Хлеб сельский	20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,20	2,76	12,72	3,00	0,37
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0,000	0,000	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
Итого по питанию:			25,360	14,690	64,860	477	1,240	0,270	3,110	2,350	174,950	281,300	114,490	5,350

ИГД:														
	Каша пшеничная молочная с маслом	150/5	8,55	7,23	41,17	270,50	0,21	0,00	0,00	0,00	14,00	0,00	0,00	4,50
	Чай с сахаром	200/7	0,530	0,000	9,470	40	0,000	0,270	0,000	0,000	13,600	22,130	11,730	0,087
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,66	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44
	Итого по питанию:		12,120	7,550	70,320	405	0,254	0,270	0,000	0,440	35,600	48)130	17,330	5,030
5 день 2 неделя														
1-4классы														
Дели 2011	Капуста тушеная	60	1,08	1,64	4,70	38,00	0,20	8,24	0,01	0,10	25,65	0,01	9,80	0,33
№280 Сб.	Фрикадельки в соусе	55/50	8,330	7,743	3,194	175	0,030	0,650	0,100	1,256	100,530	110,070	0,077	1,000
	Фрукты	100	0,400	0,400	7,350	47	0,030	8,000	0,000	0,200	46,000	11,000	0,100	0,000
303	Каша гречневая рас	150/5	6,660	9,024	34,000	170	0,292	0,000	0,000	0,518	37,352	170,553	44,553	1,100
Дели 2011	Чай с сахаром	200/7	0,530	0,000	9,470	40	0,000	0,270	0,000	0,000	13,600	22,130	11,730	0,100
	Хлеб сельскийДс	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	0,000	0,000	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0,000	0,000	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	Итого по питанию:		20,280	19,250	82,470	585	0,600	17,160	0,100	2,510	231,890	345,980	73,460	3,230
5-11классы														
№45Дел и 2011	Капуста тушеная	100	2,10	3,28	9,40	76,00	0,40	16,48	0,02	0,20	51,30	0,02	19,60	0,76
№280	Фрикадельки в соусе	55/50	8,330	7,743	3,194	175	0,030	0,650	0,100	1,256	100,530	110,070	0,077	1,000
№171	Каша гречневая рас	180/5	7,990	10,820	40,800	204	0,359 *	0,000	0,000	0,620	44,820	204,660	53,460	1,310
№376	Чай с сахаром	200/7	0,53	0,00	9,47	40,00	0,00	0,27	0,00	0,00	13,60	22,13	11,73	0,10
	Хлеб сельский	20	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37

							1							
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	0,000	0,000	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
Итого по питанию:			22,230	22,283	86,624	610	0,836	17,400	0,120	2,514	219,010	369,100	92,067	3,872
ГПД:														
№138,20<	Суп картофельный с бобовыми	250	5,450.	5,270	16,530	86	0,228	0,000	0,000	0,000	42,670	88,100	35,570	2,050
11-544с,№3	Чай с сахаром	200/7	0,53	0,00	9,47	40,00	0,00	0,27	0,00	0,00	13,60	22,13	11,73	0,10
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,66	0,044	0	0	0,44	8	26	5,6	0,44
Итого по питанию:			9,020	5,590	45,680	220	0,272	0,270	0,000	0,440	64,270	136,230	52,900	2,590
6 день 2 недели														
1-4классы														
№52 Дел	Салат из свеклы отварной	60	0,855	3,653	11,580	56	0,011	7,700	0,000	0,641	121,090	84,582	12,540	0,198
	Сосиска отварная	50	3,700	5,450	0,400	54	0,435	0,000	0,000	0,500	17,500	69,500	8,000	0,000
№203 де.	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,100	4,468	28,500	187	0,087	0,000	0,100	0,816	16,457	57,009	8,476	0,860
№685,20	Чай с сахаром	200/7	0,200		13,700	56	0,008	3,750		0,075	9,970	7,500	6,500	0,197
	Хлеб белый,1с	50	2,85	0,3	18,45	88,75	0,04125	0	0	0,4125	7,5	24,375	5/25	0,4125
Итого по питанию:			12,705	13,871	72,630	442	0,582	11,450	0,100	2,445	172,517	242,966	40,766	1,668
5-11классы														
	Сосиска отварная	50	3,700	5,450	0,400	54	0,435	0,000	0,000	0,500	17,500	69,500	8,000	0,000
№203 де.	Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,120	5,360	34,200	224	0,104	0,000	0,119	0,979	19,740	68,411	10,170	1,040
№685,20	Чай с сахаром	200/7	0,200		13,700	56	0,008	3,750		0,075	9,970	7,500	6,500	0,197
	Хлеб белый,1с	40	4,56	0,48	29,52	142	0,066	0	0	0,66	12	39	8,4	0,66
Итого по питанию:			14,580	11,290	77,820	476	0,613	3,750	0,119	2,214	59,210	184,411	33,070	1,897