

ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК

МЕНЮ
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

Категория: Школьники 1-4 классы

№ рецептуры	Наименование блюда	Цена блюда	Выход блюда, гр	Пищевые вещества, г			Энергетиче- ская ценность (ккал)	В1, мг.	С, мг.	А, мг.	Е, мг.	Са, мг.	Р, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.
				Б	Ж	У									
День 1 (7 ноября 2024г.)															
№492,сб.шк.2004г.	Плов из курицы		250	23,00	29,20	40,20	519,00	0,05	0,76			25,19		47,13	2,1
№685,сб.шк.2004г.	Чай с сахаром		200	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0			0,26		0	0,03
Дели принт№1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			66,76	27,33	30,40	76,60	691,00	0,14	0,76	0,00	1,02	41,35	77,70	68,43	3,81
День 2 (8 ноября 2024г.)															
ТТК№19555	Яйцо вареное		50	6,30	5,30	0,50	78,00	0,033		75		25	86	5	0,6
сб.шк.2004таб.24	Сыр порциями		30	8,04	7,56	0,00	100,00	0,01	0,21	86,4	0,15	264	150	10,5	0,3
№311,сб.шк.2004г.	Каша молочная "Дружба" с маслом		150/10	4,62	6,36	24,60	175,00	0,08	0,4			93,65		27,26	0,59
№123,орг.пит.шк	Компот из компотной смеси(быст замор.)		200	0,21	0,04	18,01	73,00	0,07	16,8	0,21	0,014	14,62	1,54	8,5	0,92
Дели принт№1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			66,76	23,40	20,46	70,41	563,00	0,283	17,41	181,6	1,184	413,2	315,2	72,56	4,09
День 3 (9 ноября 2024г.)															
№1033 Дели2015	Пельмени мясные отварные с бульоном		180/70	27,90	14,40	53,50	441,00	0,18	0,9	36	2,52	41,6	286	35,1	3,96
№639(3),сб.шк.2004г.	Компот из смеси сухофруктов		200	0,50	0,10	31,20	121,00	0,07	0,21	0,29	14,62	8,5	0,92	8,5	0,92
Дели принт№1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			66,76	32,63	15,70	112,00	699,00	0,34	1,11	36,29	18,16	66	364,6	64,9	6,56
День 4 (11 ноября 2024г.)															
ПК	Печенье сахарное		60	4,50	7,20	44,60	259,00	0,05	0	6,6	2,1	17,4	54	12	1,26
№302,сб.шк.2004	Каша ячневая молочная с маслом		200/10	6,96	8,00	35,76	244,00	0,13	0,49			143,8		33	0,87
№686,сб.шк.2004г.	Чай с лимоном и сахаром		200	0,10	0,00	9,30	37,00	0	1,12			2,73		0,73	0,06
Дели принт№1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			66,76	48,42	32,10	228,96	1376,00	0,61	2,72	42,89	21,28	245,8	496,3	131,9	10,43
День 5 (12 ноября 2024г.)															
№413,сб.шк.2004г.	Сосиски (халыля) отварные с маслом сливочным		100/5	10,00	21,70	0,80	238,00	0,02	0	0,08	1	22,97	139	13,31	1,61
№297,сб.шк.2004г.	Каша гречневая рассыпчатая		150/5	8,70	5,70	37,80	240,00	0,26			0,52	14,1		132,9	4,6
№705,сб.шк.2004г.	Напиток из плодов шиповника		200	0,60	0,20	27,00	111,00	0,01	80			11,09		2,96	0,57
Дели принт№1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			66,76	71,95	60,90	321,86	2102,00	0,99	82,72	42,97	23,82	309,9	713	302,4	18,89
День 6 (13 ноября 2024 г.)															
№462,сб.шк.2004	Ежики из говядины с рисом в соусе том.		80/30	9,20	13,00	10,70	197,00	0,03	0,47			11,82	107,5	17,72	0,76
№332,сб.шк.2004г.	Макаронные изделия отварные		150/5	5,50	3,92	32,83	192,00	0,06	0			9,43	57,01	7,56	0,78
№123,орг.пит.шк	Компот из компотной смеси(быст замор.)		200	0,21	0,04	18,01	73,00	0,07	16,8	0,21	0,014	14,62	1,54	8,5	0,92
Дели принт№1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			66,76	19,14	18,16	88,84	599,00	0,25	17,27	0,21	1,034	51,77	243,7	55,08	4,14
День 7 (14 ноября 2024 г.)															
№290, Дели2015	Грудка куриная в сливочном соусе		80/40	20,00	16,80	0,30	232,00	0,05	0,76			16,44		16,78	1,58
№297,сб.шк.2004г.	Каша рисовая рассыпчатая		150/5	3,58	3,92	36,80	200,00	0,03	0			4,56		24,9	0,52
№639(3),сб.шк.2004г.	Компот из смеси сухофруктов		200	0,50	0,10	31,20	121,00	0,07	0,21	0,29	14,62	8,5	0,92	8,5	0,92
Дели принт№1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			66,76	28,31	22,02	95,60	690,00	0,24	0,97	0,29	15,64	45,4	78,62	71,48	4,7
День 8 (15 ноября 2024 г.)															
ТТК№19555	Яйцо вареное		50	6,30	5,30	0,50	78,00	0,033		75		25	86	5	0,6
сб.шк.2004таб.24	Сыр порциями		30	8,04	7,56	0,00	100,00	0,01	0,21	86,4	0,15	264	150	10,5	0,3
№311,сб.шк.2004г.	Каша молочная манная с маслом		150/10	4,50	6,00	22,00	162,00	0,08	0,4			93,65		27,26	0,59
№685,сб.шк.2004г.	Чай с сахаром		200	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0			0,26		0	0,03
Дели принт№1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			66,76	23,17	20,06	58,90	512,00	0,213	0,61	161,4	1,17	398,8	313,7	64,06	3,2
День 9 (16 ноября 2024 г.)															
№492,сб.шк.2004г.	Плов из курицы		250	23,00	29,20	40,20	519,00	0,05	0,76			25,19		47,13	2,1
№705,сб.шк.2004г.	Напиток из плодов шиповника		200	0,60	0,20	27,00	111,00	0,01	80			11,09		2,96	0,57
Дели принт№1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			66,76	27,83	30,60	94,50	767,00	0,15	80,76	0,00	1,02	52,18	77,70	71,39	4,35
День 10 (18 ноября 2024 г.)															
ТК	Печенье сахарное		60	4,50	7,20	44,60	259,00	0,05	0	6,6	2,1	17,4	54	12	1,26
№302,сб.шк.2004	Каша ячневая молочная с маслом		200/10	6,96	8,00	35,76	244,00	0,13	0,49			143,8		33	0,87
№686,сб.шк.2004г.	Чай с лимоном и сахаром		200	0,10	0,00	9,30	37,00	0	1,12			2,73		0,73	0,06
Дели принт№1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			66,76	43,62	47,00	211,46	1444,00	0,42	82,37	6,6	4,14	232	209,4	138,4	8,22
День 11 (19 ноября 2024г.)															
№413,сб.шк.2004г.	Сосиски (халыля) отварные с маслом сливочным		100/5	10,00	21,70	0,80	238,00	0,02	0	0,08	1	22,97	139	13,31	1,61
№332,сб.шк.2004г.	Макаронные изделия отварные		150/5	5,50	3,92	32,83	192,00	0,06	0			9,43	57,01	7,56	0,78
№639(3),сб.шк.2004г.	Компот из смеси сухофруктов		200	0,50	0,10	31,20	121,00	0,07	0,21	0,29	14,62	8,5	0,92	8,5	0,92
Дели принт№1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			66,76	20,23	26,92	92,13	688,00	0,24	0,21	0,37	16,64	56,8	274,6	50,67	4,99
День 12 (20 ноября 2024г.)															
№374,сб.шк.2004г.	Горбуша, тушенная в томате с овощами														

ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06				0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			66,76	26,58	14,44	85,87	583,00	0,36	18,82	0,21	1,034	59,23	199,3	88,03	3,9	
День 13 (21 ноября 2024г.)																
№451,сб.шк.2004г.	Котлеты из мяса говядины с том.соусом		80/30	16,20	14,50	13,90	252,00	0,07	0,29				34,65		28,56	1,48
№167,сб.шк.2004г.	Пюре гороховое		150/5	14,70	5,00	35,00	243,30	0,508	0				82,5	57,01	74,7	4,85
№705,сб.шк.2004г.	Напиток из плодов шиповника		200	0,60	0,20	27,00	111,00	0,01	80				11,09		2,96	0,57
Дели принт№1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03				0,33	6	19,5	4,2	0,33
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06				0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			66,76	35,73	20,90	103,20	743,30	0,678	80,29	0	1,02	144,1	134,7	127,5	8,58	
День 14 (22 ноября 2024г.)																
ТТК№19555	Яйцо вареное		50	6,30	5,30	0,50	78,00	0,033				75	25	86	5	0,6
сб.шк.2004таб.24	Сыр порциями		30	8,04	7,56	0,00	100,00	0,01	0,21	86,4	0,15	264	150	10,5	0,3	
№311,сб.шк.2004	Каша пшеничная молочная с маслом		150/10	5,40	6,10	26,60	177,00	0,14	0,51	0,47		131	170,6	35,48	1,79	
№639(3),сб.шк.200	Компот из смеси сухофруктов		200	0,50	0,10	31,20	121,00	0,07	0,21	0,29	14,62	8,5	0,92	8,5	0,92	
Дели принт№1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33	
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			66,76	24,47	20,26	85,60	613,00	0,343	0,93	162,2	15,79	444,4	485,2	80,78	5,29	
День 15 (23 ноября 2024г.)																
№443,сб.шк.2004	Каша гречневая с овощами, мясным фаршем.		200/50	26,10	25,30	38,60	490,00	0,08	0,64	0,088		20,37		54,95	3,67	
№685,сб.шк.2004г.	Чай с сахаром		200	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0			0,26		0	0,03	
Дели принт№1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33	
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			66,76	30,43	26,50	75,00	662,00	0,17	0,64	0,09	1,02	36,53	77,70	76,25	5,38	
День 16 (25 ноября 2024 г.)																
ТК	Печенье сахарное		60	4,50	7,20	44,60	259,00	0,05	0	6,6	2,1	17,4	54	12	1,26	
№311,сб.шк.2004г.	Каша молочная "Дружба" с маслом		200/10	6,20	8,40	32,80	232,00	0,08	0,4			93,65		27,26	0,59	
№686,сб.шк.2004г.	Чай с лимоном и сахаром		200	0,10	0,00	9,30	37,00	0	1,12			2,73		0,73	0,06	
Дели принт№1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33	
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			66,76	45,46	43,30	189,00	1327,00	0,39	2,16	6,688	4,14	166,2	209,4	137,5	8,97	
День 17 (26 ноября 2024 г.)																
№413,сб.шк.2004г.	Сосиски (халяль) отварные с маслом сливочным		100/5	10,00	21,70	0,80	238,00	0,02	0	0,08	1	22,97	139	13,31	1,61	
№297,сб.шк.2004г.	Каша гречневая рассыпчатая		150/5	8,70	5,70	37,80	240,00	0,26			0,52	14,1		132,9	4,6	
№639(3),сб.шк.200	Компот из смеси сухофруктов		200	0,50	0,10	31,20	121,00	0,07	0,21	0,29	14,62	8,5	0,92	8,5	0,92	
Дели принт№1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33	
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			66,76	23,43	28,70	97,10	736,00	0,44	0,21	0,37	17,16	61,47	217,6	176	8,81	
День 18 (27 ноября 2024 г.)																
№374,сб.шк.2004г.	Горбуша, тушенная в томате с овощами		80/40	18,56	9,28	3,76	173,00	0,17	2,02			24,15	120,1	33,33	0,78	
№297,сб.шк.2004г.	Каша рисовая рассыпчатая		150/5	3,58	3,92	36,80	200,00	0,03	0			4,56		24,9	0,52	
№123,орг.лит.шк	Компот из компотной смеси(быст.замор.)		200	0,21	0,04	18,01	73,00	0,07	16,8	0,21	0,014	14,62	1,54	8,5	0,92	
Дели принт№1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33	
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			66,76	26,58	14,44	85,87	583,00	0,36	18,82	0,21	1,034	59,23	199,3	88,03	3,9	
День 19 (28 ноября 2024 г.)																
№462,сб.шк.2004	Ежики из говядины с рисом в соусе том.		80/30	9,20	13,00	10,70	197,00	0,03	0,47			11,82	107,5	17,72	0,76	
№332,сб.шк.2004г.	Макаронные изделия отварные		150/5	5,50	3,92	32,83	192,00	0,06	0			9,43	57,01	7,56	0,78	
№685,сб.шк.2004г.	Чай с сахаром		200	0,10	0,00	9,10	35,00	0	0			0,26		0	0,03	
Дели принт№1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33	
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			66,76	19,03	18,12	79,93	561,00	0,18	0,47	0	1,02	37,41	242,2	46,58	3,25	
День 20 (29 ноября 2024 г.)																
ТТК№19555	Яйцо вареное		50	6,30	5,30	0,50	78,00	0,033				75	25	86	5	0,6
сб.шк.2004таб.24	Сыр порциями		30	8,04	7,56	0,00	100,00	0,01	0,21	86,4	0,15	264	150	10,5	0,3	
№311,сб.шк.2004	Каша пшеничная молочн. жидкая с маслом		150/10	5,42	6,70	25,60	184,00	0,13	0,38			94,5		33	0,86	
№705,сб.шк.2004г.	Напиток из плодов шиповника		200	0,60	0,20	27,00	111,00	0,01	80			11,09		2,96	0,57	
Дели принт№1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33	
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			66,76	24,59	20,96	80,40	610,00	0,273	80,59	161,4	1,17	410,5	313,7	72,76	4,01	
День 21 (30 ноября 2024 г.)																
№1033 Дели2015	Пельмени мясные отварные с бульоном		180/70	27,90	14,40	53,50	441,00	0,18	0,9	36	2,52	41,6	286	35,1		
№639(3),сб.шк.200	Компот из смеси сухофруктов		200	0,50	0,10	31,20	121,00	0,07	0,21	0,29	14,62	8,5	0,92	8,5	0,92	
Дели принт№1050	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33	
ТТК	Хлеб ржаной (дарницкий формовой)		30	1,98	0,33	12,30	62,00	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			66,76	32,63	16,70	112,00	699,00	0,34	1,11	36,29	18,16	66	364,6	64,9	6,56	

Зав. Производством :

Калькулятор: