|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рецептуры** | **Наименования блюд** | **выход** | | | **Белки г** | **Жиры г** | **Углеводы г** | **Калорийность** | **Витамин В1 мг** | **Витамин С,мг** | **Витамин А мг** | | **Витамин Е мг** | **СА,**  **мг** | **Р,**  **мг** | **Мg,**  **мг** | **Fe,**  **мг** |
|  | **1-ая неделя** |  | | |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  | **1 день** |  | | |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
| 54/2016 | Икра кабачковая | 60 | | | 1,2 | 5,4 | 5,16 | 73,5 | 0,012 | 4,2 | 0,55 | | 0,00 | 24,6 | 40,2 | 21 | 4,2 |
| № 266/2017 | Бифштекс рубленый | 80 | | | 8,320 | 7,15 | 0,0 | 200 | 0,04 | 0,00 | 0,00 | | 1,343 | 11,01 | 127,02 | 6,00 | 1,100 |
| № 173/2017 | Каша вязкая (гречневая) с маслом | 150/5 | | | 6,662 | 9,024 | 34,00 | 170 | 0,292 | 0,00 | 0,00 | | 0,518 | 37,352 | 170,553 | 44,550 | 1,101 |
| ТТК № 13 | Чай полусладкий с молоком | 200 | | | 1,53 | 1,25 | 7,18 | 46 | 0,04 | 1,33 | 0,16 | | 0,00 | 136,6 | 92,8 | 5,4 | 0,11 |
| № 1 / 2017 | Хлеб Пшеничный | 30 | | | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,95 | 0,033 | 0,00 | 0,00 | | 0,33 | 6,00 | 19,5 | 4,2 | 0,33 |
| № 1 /2017 | Хлеб Ржаной (ржано-пшеничный) | 20 | | | 1,00 | 0,2 | 9,00 | 44 | 0,014 | 0,00 | 0,00 | | 0,108 | 2,76 | 12,72 | 3,00 | 0,372 |
|  | **итого** |  | | | **21,272** | **19,996** | **69,39** | **581** | **0,448** | **14,76** | **0,16** | | **2,533** | **217,024** | **433,443** | **65,618** | **3,171** |
|  | **2 день** |  | | |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
| № 338/2017 | Плоды и ягоды свежие( яблоки) | 100 | | | 0,4 | 0,4 | 7,35 | 47 | 0,03 | 8,00 | 0,00 | | 0,100 | 16,00 | 11,00 | 9,00 | 0,030 |
| 52/2017 | Салат из отварной свеклы | 60 | | | 0,85 | 3,65 | 11,6 | 56,00 | 0,011 | 4,00 | 0 | | 2,7 | 21,3 | 84,6 | 12,54 | 0,2 |
| № 88/2017 | Щи из свежей капусты с картофелем с фрикадельками со сметаной | 250/20/5 | | | 6,37 | 10,06 | 8,26 | 157,04 | 0,06 | 21,16 | 0,00 | | 2,1 | 60,89 | 47,63 | 23 | 1,28 |
| ТТК № 1 | Чай полусладкий | 200 | | | 0,2 | 0,00 | 5,06 | 21,04 | 0,00 | 0,00 | 0,100 | | 0,00 | 5,05 | 8,25 | 4,4 | 0,84 |
| № 1 / 2017 | Хлеб Пшеничный | 30 | | | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,95 | 0,033 | 0,00 | 0,00 | | 0,33 | 6,00 | 19,5 | 4,2 | 0,33 |
| № 1 /2017 | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 20 | | | 1,00 | 0,2 | 9,00 | 44 | 0,014 | 0,00 | 0,00 | | 0,108 | 2,76 | 12,72 | 3,0 | 0,372 |
|  | **итого** |  | | | **19,64** | **23,59** | **74,63** | **577,67** | **0,293** | **15,326** | **0,2** | | **2,604** | **205** | **387,531** | **55,444** | **1,443** |
|  | **3 день** |  | | |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
| № 25/2004 | Салат «Степной» | 60 | | | 1,29 | 4,96 | 7,12 | 78,3 | 0,1 | 10,4 | 0,00 | | 0,06 | 24,24 | 46,980 | 14,04 | 0,61 |
| № 256/2017 | Мясо тушеное | 50/50 | | | 10,5 | 11,03 | 3,184 | 196 | 0,14 | 3,89 | 0,00 | | 0,363 | 66,806 | 215,174 | 30,164 | 1,43 |
| № 202/2017 | Макаронные изделия отварные с маслом | 150/5 | | | 5,100 | 4,468 | 28,500 | 187 | 0,087 | 0,00 | 0,100 | | 0,816 | 16,457 | 57,009 | 8,479 | 0,869 |
| ТТК № 3 | Компот «Фруктовый» сухофрукты (полусладкий) | 200 | | | 0,5 | 0,02 | 19,43 | 79,92 | 0,0 | 0,03 | 0,00 | | 0,014 | 17,25 | 28,80 | 13,80 | 1,95 |
| № 1 / 2017 | Хлеб Пшеничный | 30 | | | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,95 | 0,033 | 0,00 | 0,00 | | 0,33 | 6,00 | 19,5 | 4,2 | 0,33 |
| № 1 /2017 | Хлеб Ржаной (ржано-пшеничный) | 20 | | | 1,00 | 0,2 | 9,00 | 44 | 0,014 | 0,00 | 0,00 | | 0,108 | 2,76 | 12,72 | 3,00 | 0,372 |
|  | **итого** |  | | | **20,005** | **19,651** | **82,254** | **617** | **0,288** | **14,39** | **0,1** | | **2,272** | **216,363** | **390,525** | **59,223** | **3,286** |
|  | **4 день** |  | | |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
| № 45/2017 | Салат из свежей капусты | 60 | | | 0,85 | 3,05 | 5,41 | 52,44 | 0,02 | 19,47 | 0,00 | | 1,381 | 22,42 | 16,57 | 9,1 | 0,31 |
| ТТК № 39 | Котлеты Татарские (из говядины) с овощами (зеленый горошек) | 75/15 | | | 10,50 | 9,78 | 9,42 | 167,98 | 0,11 | 4,2 | 0,02 | | 0,23 | 18,90 | 94,76 | 36,20 | 1,55 |
| № 312/ 2017 | Пюре картофельное с маслом | 150/5 | | | 3,09 | 8,282 | 22 | 172 | 0,164 | 7,943 | 0,08 | | 3,00 | 47,805 | 98,835 | 8,00 | 0,00 |
| ТТК № 1 | Чай полусладкий | 200 | | | 0,2 | 0,00 | 5,06 | 21,04 | 0,00 | 0,00 | 0,100 | | 0,00 | 5,05 | 8,25 | 4,4 | 0,84 |
| № 1 / 2017 | Хлеб Пшеничный | 30 | | | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,95 | 0,033 | 0,00 | 0,00 | | 0,33 | 6,00 | 19,5 | 4,2 | 0,33 |
| № 1 / 2017 | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 20 | | | 1,00 | 0,2 | 9,00 | 44 | 0,014 | 0,00 | 0,00 | | 0,108 | 2,76 | 12,72 | 3,0 | 0,372 |
|  | **итого** |  | | | **19,82** | **25,392** | **72** | **615,02** | **6,521** | **19,288** | **0,342** | | **4,688** | **202,715** | **384,085** | **87,71** | **4,682** |
|  | **5 день** |  | | |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
| № 65 / 2004 | Салат «Здоровье» | 60 | | | 5,34 | 5,4 | 10,8 | 33,00 | 0,03 | 4,5 | 0,00 | | 0,420 | 13,14 | 15,600 | 10,8 | 0,18 |
| 96/2017 | Рассольник ленинградский на мясокостном бульоне(говяжий) | 250 | | | 8,11 | 12,25 | 10,23 | 183,61 | 0,05 | 6,12 | 0,31 | | 0,28 | 103,36 | 93,02 | 20,7 | 1,09 |
| ТТК № 13 | Чай полусладкий с молоком | 200 | | | 1,53 | 1,25 | 7,18 | 46 | 0,04 | 1,33 | 0,16 | | 0,00 | 136,6 | 92,8 | 5,4 | 0,11 |
| № 1 / 2017 | Хлеб Пшеничный | 30 | | | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,95 | 0,033 | 0,00 | 0,00 | | 0,33 | 6,00 | 19,5 | 4,2 | 0,33 |
| № 1 / 2017 | Хлеб Ржаной (ржано-пшеничный) | 20 | | | 1,00 | 0,2 | 9,00 | 44 | 0,014 | 0,00 | 0,00 | | 0,108 | 2,76 | 12,72 | 3,00 | 0,372 |
|  | **итого** |  | | | **19,804** | **17,024** | **72,24** | **552,98** | **0,277** | **15,53** | **0,36** | | **1,372** | **184,12** | **319,53** | **74,13** | **2,712** |
|  | **6 день** |  | | |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
| ТТК № 23 | Салат из свежей капусты с яблоками | 60 | | | 0,84 | 3,00 | 2,64 | 40,92 | 0,005 | 23,2 | 0,00 | | 0,06 | 23,6 | 21,00 | 9,72 | 0,5 |
| № 243 / 2017 | Сосиски отварные | 100 | | | 7,4 | 10,9 | 0,8 | 108 | 0,030 | 0,0 | 0,00 | | 1,0 | 35,00 | 139,00 | 16,00 | 0,00 |
| № 202 / 2017 | Макаронные изделия отварные с маслом | 150/5 | | | 5,100 | 4,468 | 28,500 | 187 | 0,087 | 0,00 | 0,100 | | 0,816 | 16,457 | 57,009 | 8,479 | 0,869 |
| ТТК № 17 | Кофейный напиток с молоком | 200 | | | 3,00 | 3,27 | 18,36 | 114,20 | 0,04 | 1,00 | 0,02 | | 0,03 | 122,90 | 109,90 | 22,05 | 0,25 |
| № 1 / 2017 | Хлеб Пшеничный | 30 | | | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,95 | 0,033 | 0,00 | 0,00 | | 0,33 | 6,00 | 19,5 | 4,2 | 0,33 |
| № 1 / 2017 | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 20 | | | 1,00 | 0,2 | 9,00 | 44 | 0,014 | 0,00 | 0,00 | | 0,108 | 2,76 | 12,72 | 3,0 | 0,372 |
|  | **итого** |  | | | **26,03** | **24,392** | **94,546** | **683,2** | **0,385** | **20,506** | **0,12** | | **3,721** | **274,58** | **391,933** | **71,061** | **3,661** |
| **№ рецептуры** | **Наименования блюд** | **выход** | | **Белки г** | | **Жиры г** | **Углеводы г** | **Калорийность** | **Витамин В1 мг** | **Витамин С,мг** | | **Витамин А мг** | **Витамин Е мг** | **СА,мг** | **Р,мг** | **Мg. мг** | **Fe.мг** |
|  | **2-ая неделя** |  | |  | |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |
|  | **1 день** |  | |  | |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |
| № 338/ 2017 | Плоды и ягоды свежие (яблоки) | 100 | | 0,4 | | 0,4 | 7,35 | 47 | 0,03 | 8,00 | | 0,00 | 0,100 | 16,00 | 11,00 | 9,00 | 0,030 |
| №75 / 2017 | Икра морковная | 60 | | 1,32 | | 1,6 | 6,5 | 56,2 | 0,02 | 3,12 | | 0,00 | 0,420 | 18,4 | 15,600 | 24,7 | 0,74 |
| № 256 / 2017 | Мясо тушеное | 50/50 | | 10,5 | | 11,03 | 3,184 | 196 | 0,14 | 3,89 | | 0,00 | 0,363 | 66,806 | 215,174 | 30,164 | 1,43 |
| № 171 /2017 | Каша рассыпчатая (гречневая) | 150 | | 6,662 | | 9,024 | 34,00 | 170 | 0,292 | 0,00 | | 0,0 | 0,518 | 37,352 | 170,553 | 40,550 | 1,101 |
| ТТК № 1 | Чай полусладкий | 200 | | 0,2 | | 0,00 | 5,06 | 21,04 | 0,00 | 0,00 | | 0,100 | 0,00 | 5,05 | 8,25 | 4,4 | 0,84 |
| № 1 / 2017 | Хлеб Пшеничный | 30 | | 2,28 | | 0,24 | 14,76 | 70,95 | 0,033 | 0,00 | | 0,00 | 0,33 | 6,00 | 19,5 | 4,2 | 0,33 |
| № 1 / 2017 | Хлеб Ржаной (ржано-пшеничный) | 20 | | 1,00 | | 0,2 | 9,00 | 44 | 0,014 | 0,00 | | 0,00 | 0,108 | 2,76 | 12,72 | 3,00 | 0,372 |
|  | **итого** |  | | **24,362** | | **30,644** | **84,72** | **646,35** | **0,422** | **66,56** | | **3,43** | **1,366** | **288,492** | **287,203** | **96,43** | **4,363** |
|  | **2 день** |  | |  | |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |
| № 53/2017 | Салат из свеклы с зеленым горошком | 60 | | 0,99 | | 2,47 | 4,38 | 43,7 | 0,03 | 4,12 | | 0 | 1,64 | 17,0 | 25,0 | 11,0 | 0,78 |
| № 265/ 2017 | Плов из говядины | 50/150 | | 22,0 | | 22,45 | 34,7 | 429,3 | 0,08 | 1,72 | | 0,1 | 1,2 | 19,0 | 273,00 | 40,45 | 3,5 |
| 377/2017 | Чай с лимоном (полусладкий) | 200/10/7 | | 0,27 | | 0,06 | 15,23 | 63 | 0,003 | 2,8 | | 0,00 | 0,014 | 3,25 | 1,54 | 0,84 | 0,087 |
| № 1 / 2017 | Хлеб Пшеничный | 30 | | 2,28 | | 0,24 | 14,76 | 70,95 | 0,033 | 0,00 | | 0,00 | 0,33 | 6,00 | 19,5 | 4,2 | 0,33 |
| № 1 / 2017 | Хлеб ржаной (ржано пшеничный) | 20 | | 1,00 | | 0,2 | 9,00 | 44 | 0,014 | 0,00 | | 0,00 | 0,108 | 2,76 | 12,72 | 3,0 | 0,372 |
|  | **итого** |  | | **18,915** | | **18,863** | **78,91** | **598** | **0,271** | **15,4** | | **0,1** | **2,293** | **216,17** | **391,342** | **61,03** | **2,887** |
|  | **3 день** |  | |  | |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |
| № 45/ 2017 | Салат из свежей капусты | | 60 | 0,85 | | 3,05 | 5,41 | 52,44 | 0,02 | 19,47 | | 0,00 | 1,381 | 22,42 | 16,57 | 9,1 | 0,31 |
| № 230/2017 | Рыба жареная | | 90/5 | 13,2 | | 12,8 | 3,8 | 183,1 | 0,1 | 1,34 | | 0,03 | 0,22 | 37,1 | 122,13 | 36,8 | 0,72 |
| № 312/ 2017 | Пюре картофельное с маслом | | 150/5 | 3,09 | | 8,282 | 22 | 172 | 0,164 | 7,943 | | 0,08 | 0,231 | 47,805 | 98,835 | 8,00 | 0,00 |
| № 342/2015 | Компот "Плодово-ягодный" из свеж. ябл. | | 200 | 0,2 | | 0,2 | 18,4 | 76,3 | 0,0 | 1,6 | | 0,0 | 0,3 | 13 | 13 | 22,05 | 0,25 |
| № 1 / 2017 | Хлеб Пшеничный | | 30 | 2,28 | | 0,24 | 14,76 | 70,95 | 0,033 | 0,00 | | 0,00 | 0,33 | 6,00 | 19,5 | 4,2 | 0,33 |
| № 1 / 2017 | Хлеб Ржаной (ржано-пшеничный) | | 20 | 1,00 | | 0,2 | 9,00 | 44 | 0,014 | 0,00 | | 0,00 | 0,108 | 2,76 | 12,72 | 3,00 | 0,372 |
|  | **итого** | |  | **24,37** | | **22,25** | **75,864** | **580,4** | **0,344** | **15,823** | | **0,13** | **2,3** | **223,163** | **395,261** | **88,266** | **1,762** |
|  | **4 день** | |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |
| № 25/ 2004 | Салат «Степной» | | 60 | 1,29 | | 4,96 | 7,12 | 78,3 | 0,1 | 10,4 | | 0,00 | 0,06 | 24,24 | 46,980 | 14,04 | 0,61 |
| № 102/ 2017 | Суп картофельный с бобовыми на мясокостном бульоне (говяжий) | | 250 | 6,1 | | 5,5 | 21,75 | 160,96 | 0,06 | 0,3 | | 0,02 | 0,23 | 30,83 | 94,76 | 15,60 | 0,89 |
| ТТК №18 | Какао с молоком (полусладкое) | | 200 | 3,28 | | 3,55 | 17,15 | 113,67 | 0,032 | 1,0 | | 0,02 | 0,006 | 121,6 | 106,42 | 15,8 | 0,36 |
| № 1 / 2017 | Хлеб Пшеничный | | 30 | 2,28 | | 0,24 | 14,76 | 70,95 | 0,033 | 0,00 | | 0,00 | 0,33 | 6,00 | 19,5 | 4,2 | 0,33 |
| № 1 / 2017 | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | | 20 | 1,00 | | 0,2 | 9,00 | 44 | 0,014 | 0,00 | | 0,00 | 0,108 | 2,76 | 12,72 | 3,0 | 0,372 |
| Пром. | Печенье | | 32 | 3,7 | | 4,6 | 35,6 | 199,6 | 0,05 | 0,00 | | 5,5 | 0,00 | 15 | 42,5 | 9,6 | 1 |
|  | **итого** | |  | **21,356** | | **16,65** | **83,28** | **596,65** | **0,255** | **14,86** | | **0,14** | **1,724** | **200,949** | **301,259** | **49,547** | **2,979** |
|  | **5 день** | |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |
| №52 /2017 | Салат из свеклы отварной | | 60 | 0,855 | | 3,653 | 11,58 | 56 | 0,011 | 7,7 | | 0,00 | 0,641 | 121,09 | 84,582 | 12,54 | 0,198 |
| ТТК № 37 | Котлеты «Любимые» п/ф с овощами (фасоль стручковая) | | 75/15 | 10,25 | | 10,55 | 14,4 | 190,3 | 0,06 | 0,035 | | 0,135 | 0,85 | 30,55 | 124,37 | 16,84 | 1,34 |
| № 304 / 2017 | Рис отварной с маслом | | 150/5 | 3,834 | | 5,434 | 29,6 | 210 | 0,044 | 0,00 | | 0,18 | 0,284 | 11,46 | 84,15 | 13,330 | 0,01 |
| ТТК № 1 | Чай полусладкий | | 200 | 0,2 | | 0,00 | 5,06 | 21,04 | 0,00 | 0,00 | | 0,100 | 0,00 | 5,05 | 8,25 | 4,4 | 0,84 |
| № 1 / 2017 | Хлеб Пшеничный | | 30 | 2,28 | | 0,24 | 14,76 | 70,95 | 0,033 | 0,00 | | 0,00 | 0,33 | 6,00 | 19,5 | 4,2 | 0,33 |
| № 1 / 2017 | Хлеб Ржаной (ржано-пшеничный) | | 20 | 1,00 | | 0,2 | 9,00 | 44 | 0,014 | 0,00 | | 0,00 | 0,108 | 2,76 | 12,72 | 3,00 | 0,372 |
|  | **итого** | |  | **19,819** | | **20,283** | **81,632** | **566,04** | **0,27** | **14,026** | | **0,28** | **2,319** | **231,545** | **372,4** | **53,186** | **3,55** |
|  | **6 день** | |  |  | |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |
| № 65 / 2004 | Салат «Здоровье» | | 60 | 5,34 | | 5,4 | 10,8 | 33,00 | 0,03 | 4,5 | | 0,00 | 0,420 | 13,14 | 15,600 | 10,8 | 0,18 |
| № 243 /2017 | Сосиски отварные | | 100 | 7,4 | | 10,9 | 0,8 | 108 | 0,030 | 0,0 | | 0,00 | 1,0 | 35,00 | 139,00 | 16,00 | 0,00 |
| № 202 / 2017 | Макаронные изделия отварные с маслом | | 150/5 | 5,1 | | 4,468 | 28,5 | 187 | 0,087 | 0,00 | | 0,1 | 0,816 | 16,457 | 57,009 | 8,479 | 0,869 |
| 377/2017 | Чай с лимоном (полусладкий) | | 200/10/7 | 0,27 | | 0,06 | 15,23 | 63 | 0,003 | 2,8 | | 0,00 | 0,014 | 3,25 | 1,54 | 0,84 | 0,087 |
| № 1 / 2017 | Хлеб Пшеничный | | 30 | 2,28 | | 0,24 | 14,76 | 70,95 | 0,033 | 0,00 | | 0,00 | 0,33 | 6,00 | 19,5 | 4,2 | 0,33 |
| № 1 / 2017 | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | | 20 | 1,00 | | 0,2 | 9,00 | 44 | 0,014 | 0,00 | | 0,00 | 0,108 | 2,76 | 12,72 | 3,0 | 0,372 |
| Пром. | Печенье | | 32 | 3,7 | | 4,6 | 35,6 | 199,6 | 0,05 | 0,00 | | 5,5 | 0,00 | 15 | 42,5 | 9,6 | 1 |
|  | **итого** | |  | **19,75** | | **24,67** | **86,09** | **662** | **0,291** | **30,87** | | **0,18** | **3,052** | **212,55** | **367,081** | **84,764** | **2,83** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Примечание: при составлении меню использованы | | | |  |  |  |  | |  | |  | |  | |  |  | |  | |
| 1. 1. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения" | | | | | | |  | |  | |  | |  | |  |  | |  | |
| 2. Сборник технических нормативов. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под общей редакцией В.Т. Лапшиной, 2004 г. гор.Москва | | | | | | | | | | | | |  | |  |  | |  | |
| 3. Сборник технических нормативов –Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в образовательных организациях | | | | | | | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  |  |  |  |  |
| / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. –М.: ДеЛи принт, 2015 г. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4. Технико-технологические карты разработанные ООО "Школьное питание" | | | | | | | | | | | | | | | |  | |  | |
| 5. Сборник технических нормативов –Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в образовательных организациях /  / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. –М.: ДеЛи принт, 2017 г. | | | | | | | | | | | | | | | |  | |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  | |  | |  |  | |  | |
|  | | |  |  |  |  |  | |  | |  | |  | |  |  | |  | |