

2 неделя (ОКТАБРЬ)							
№ Сб.реж	Наименование продуктов	Выход	Стои-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК							
ТТК 2023 г	Салат - бар	60		3,91	8,74	6,60	122
	Морковь свежая порциями	20					
	Капуста белокочанная свежая порциями	20					
	Сыр	10					
	Сухарики из пшеничного хлеба	5					
	Масло растительное	5					
ТТК 2023 г	Котлеты "Столичные"	90		8,1	4,05	3,4	83
ТТК 2019 г	Макароны отварные с сыром	140		5,39	6,65	29,98	201
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	200/8/7		0,07	0,01	8,21	35
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	Итого:	550	64,19	19,99	19,81	67,03	532,00
ВТОРНИК							
№ 532/2013г	Десерт фруктовый (яблоки)	50		0,20	0,20	4,90	24
ТТК 2023 г	Салат - бар	60		1,56	6,17	7,78	94
	Морковь свежая порциями	20					
	Капуста белокочанная свежая порциями	20					
	Кукуруза консервированная	10					
	Сухарики из пшеничного хлеба	5					
	Масло растительное	5					
ТТК 2023 г	Жаркое из птицы (грудки куриные)	40/120		12,98	10,63	28,50	262
ТТК 2021 г	Напиток из замороженной чёрной смородины	200		0,10	0,04	10,71	44
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	Итого:	510	64,19	17,16	17,20	65,83	491,00
СРЕДА							
ТТК 2023 г	Салат - бар	60		1,55	6,12	6,63	89
	Помидоры свежие порциями	20					
	Капуста белокочанная свежая порциями	20					
	Зеленый горошек консервированный	10					
	Сухарики из пшеничного хлеба	5					
	Масло растительное	5					
№ 243/2015г	Сосиски отварные	2 шт/100		8,60	4,80	11,75	125
№ 303/2015	Каша гречневая вязкая с маслом	140/5		3,31	7,96	20,60	167
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	200/8/7		0,07	0,01	8,21	35
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	Итого:	555	64,19	16,05	19,25	66,03	507,00
ЧЕТВЕРГ							
№ 532/2013г	Десерт фруктовый (яблоки)	50		0,20	0,20	4,90	24
ТТК 2023 г	Салат - бар	60		3,86	8,74	7,46	125
	Свекла отварная (тёртая)	20					
	Морковь свежая порциями	20					
	Сыр	10					
	Сухарики из пшеничного хлеба	5					
	Масло растительное	5					
ТТК 2021 г	Плов с говядиной	40/120		12,20	10,60	23,09	237
№639/2004	Напиток из сухофруктов	200		0,60	0,03	34,71	151
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	Итого:	510	64,19	19,18	19,73	84,10	604,00

ПЯТНИЦА

ТТК 2023 г	Салат - бар	60	1,62	6,10	6,92	90	
	Помидоры свежие порциями	20					
	Огурцы свежие порциями	20					
	Фасоль консервированная	10					
	Сухарики из пшеничного хлеба	5					
	Масло растительное	5					
ТТК 2020 г	Ёжики с мясом и рисом в соусе томатном	60/40	8,2	5	10,23	119	
№ 312/2015г	Пюре картофельное	140	3,06	4,35	20,56	136	
ТТК 2021 г	Напиток из замороженной чёрной смородины	200	0,10	0,04	10,71	44	
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20	2,52	0,36	18,84	91	
	Итого:	540	64,19	15,50	15,85	67,26	480,00

СУББОТА

№ 532/2013г	Десерт фруктовый (яблоки)	50		0,20	0,20	4,90	24
ТТК 2023 г	Салат - бар	60		0,63	10,13	2,32	104
	Помидоры свежие порциями	20					
	Огурцы свежие порциями	20					
	Кукуруза консервированная	10					
	Масло растительное	10					
ТТК 2015 г	Пельмени "Для умников и умниц" отварные	150		14,00	8,50	42,00	301
ТТК 2021 г	Чай с сахаром, лимоном	200/8/7		0,07	0,01	8,21	35
	Хлебная корзина (хлеб пшеничный/хлеб ржано - пшеничный)	20/20		2,52	0,36	18,84	91
	Итого:	515	64,19	17,22	19,00	71,37	531,00

Начальник отдела по организации питания:

Зав. производством:

Калькулятор: