

Примерное недельное меню бесплатных горячих завтраков для обучающихся начальных классов (2-4 кл) Заинского района С 20.09.2021г. ПО 25.09.2021 г.

**Стоимость питания Младшие
53,41руб./день;**

№ рец	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, гр	Цена, руб.	Пищевые вещества (гр)			Энерг. ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества, мг					
				Младшие				Mладши	B1	A	C	E	Младш	Младш	Младш	Младш	
				Белки	Жиры	Углеводы		Младши	ие	ие	ие	ие					
	Пн, 20 сентября 21		64,64	19,83	35,04	82,61	725,2	0,31	101,31	75,91	0,49	125,2	322,75	92,41	4,41		
	Завтрак		64,64	19,83	35,04	82,61	725,2	0,31	101,31	75,91	0,49	125,2	322,75	92,41	4,41		
ttk-66	Десерт фруктовый Апельсин	117	16,33	1,05	0,00	9,83	43,52	0,05	0,00	70,2	0,26	39,78	26,91	15,21	0,35		
	Салат "Солнышко"	60	4,27	0,71	6,11	8,55	92,07	0,03	99,01	4,19	0,23	16,23	29,11	20,18	0,69		
	Пельмени отварн.с маслом	180/5	38,30	15,03	28,6	31,7	444,36	0,17	2,25	1,43	0,00	47,91	233,74	42,38	2,42		
ttk№253н	Чай "Витаминный"полусл.	200	3,59	0,76	0,06	17,62	74,06	0,01	0,05	0,09	0,00	13,48	8,09	4,14	0,47		
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48		
	Вт, 21 сентября 21		46,65	23,7	26,48	84,32	670,48	0,28	18,93	47,84	1,76	160,36	385,43	91,25	6,58		
	Завтрак		46,65	23,7	26,48	84,32	670,48	0,28	18,93	47,84	1,76	160,36	385,43	91,25	6,58		
	Десерт фруктовый Яблоко-	100	6,84	0,4	0,4	9	41,2	0,03	0,05	10	0,2	16,7	11	8	2		
43/04	Салат из белокочанной капусты	60	3,09	1,16	3,06	6,29	57,39	0,02	15,18	35,87	0,09	33,73	23,14	12,51	0,43		
TTK-84н	Котлеты "Татарские" с овощами(огур.консер.)	75/15	24,75	12,85	17,08	10,12	245,66	0,07	0,19	1,22	0,35	25,64	226,97	40,59	1,96		
516/04	Макаронные изделия отварные	150	5,61	5,36	4,37	36,54	206,89	0,09	2,36	0,00	1,07	11,54	46,17	8,25	0,84		
TTK - 437	Чай полусладкий с молоком	200	4,21	1,65	1,3	7,46	48,15	0,02	1,15	0,75	0,05	64,95	53,25	11,4	0,87		
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48		
	Ср, 22 сентября 21		47,98	22,52	21,66	69,84	564,47	0,26	45,46	46,65	0,35	114,43	193,33	97,72	3,94		
	Завтрак		47,98	22,52	21,66	69,84	564,47	0,26	45,46	46,65	0,35	114,43	193,33	97,72	3,94		
13/10	Салат из св.огурцов	60	6,81	0,47	3,65	1,45	40,57	0,02	0,01	5,81	0,06	13,37	24,42	8,14	0,35		
	Котлеты рыбные "Морячка" с овощами (морк.припущ.)	75/15	22,42	13,84	7,39	7,74	152,84	0,01	42,5	3,03	0,08	37,21	11,69	30,98	0,83		
520/04	Пюре картофельное	150	9,48	2,96	4,57	13,18	105,7	0,18	2,88	34,51	0,19	47,9	122,31	42,74	1,41		
686/04	Чай с лимоном с печ. "Со вкусом топленого молока"	200/7/36	7,12	2,97	5,78	32,56	194,17	0,00	0,07	3,3	0,02	8,15	10,01	5,36	0,87		
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48		
	Чт, 23 сентября 21		34,82	15,85	24,95	114,45	745,7	0,35	119,97	6,08	0,85	287,05	386,62	117,01	2,91		
	Завтрак		34,82	15,85	24,95	114,45	745,7	0,35	119,97	6,08	0,85	287,05	386,62	117,01	2,91		
39/10	Салат из моркови с яблоками и курагой	60	4,10	0,86	3,1	7,75	62,31	0,04	111,01	3,49	0,38	17,98	33,66	22,71	0,62		
	Каша молочная "Дружба" с маслом	200/10	15,73	7,22	10,66	43,31	298,08	0,22	6,7	1,26	0,36	138,71	224,96	61,3	1,27		
TTK-198н	Какао с молоком полусладкий с блинчиком с яблочным повидлом	200/63	12,84	5,49	10,92	48,48	314,12	0,04	2,26	1,33	0,11	122,56	103,1	22,5	0,54		
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48		
	Пт, 24 сентября 21		67,41	22,09	15,88	46,47	417,13	0,31	3,37	44,48	0,61	84,76	336,49	92,44	6,23		
	Завтрак		67,41	22,09	15,88	46,47	417,13	0,31	3,37	44,48	0,61	84,76	336,49	92,44	6,23		
ttk-996	Салат "Бобовое зёрнышко"	75	6,67	2,05	3,9	8,99	79,25	0,04	0,62	9,13	0,07	32,95	45,76	19,3	1,22		
борник рецептур	Жаркое по-домашнему	200	54,92	16,76	11,66	13,36	225,41	0,22	2,7	35,25	0,54	39,06	257,58	58,24	3,71		
ttk-475	Чай полусладкий с мармеладом	200/16	3,67	1	0,05	9,21	41,28	0,00	0,05	0,1	0,00	4,95	8,25	4,4	0,82		
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48		
	Сб, 25 сентября 21		58,92	29,78	21,13	86,29	654,49	0,39	55,82	114,15	1,51	143,73	455,05	202,76	5,21		
	Завтрак		58,92	29,78	21,13	86,29	654,49	0,39	55,82	114,15	1,51	143,73	455,05	202,76	5,21		
	Десерт фруктовый Апельсин	136	18,98	1,22	0,00	11,42	50,59	0,05	0,00	81,6	0,3	46,24	31,28	17,68	0,41		
Приказ № 259 от	Салат "Метелка "	60	3,35	1,14	6,06	4,29	76,26	0,02	24,28	25,85	0,11	31,01	27,09	15	0,59		
417 Пр.№60 от 0	Плов "Золотой петушок"	50/150	31,18	24,87	14,74	40,39	393,72	0,27	31,47	3,4	1,08	50,53	361,77	154,22	2,86		

686/04	Чай с лимоном	200/7	3,26	0,27	0,06	15,28	62,73	0,00	0,07	3,3	0,02	8,15	10,01	5,36	0,87
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
	Итого		320,42	133,77	145,14	483,98	3 777,47	1,9	344,86	335,11	5,57	915,53	2 079,67	693,59	29,28

	Масса порции, гр	Цена, руб.	Пищевые вещества	Пищевые вещества	Пищевые вещества	Энерг. ценность (ккал)	Витамины (мг)	Витамины (мг)	Витамины (мг)	Витамины (мг)	Минеральные вещества, мг	Минеральные вещества, мг	Минеральные вещества, мг	Минеральные вещества, мг
			(гр)	(гр)	(гр)	(ккал)	(мг)	(мг)	(мг)	(мг)	(мг)	(мг)	(мг)	(мг)
ИТОГО ЗА 6 дней		320,42	121,26	124,44	477,36	3448,26	1,92	1,08	94,50	14,28	1732,50	1732,50	393,78	18,90
В среднем в день:		53,40	20,21	20,74	79,56	574,71	0,32	0,18	15,75	2,38	288,75	288,75	65,63	3,15

Генеральный директор

В.П. Гусева

Зам. директора по производству и качеству

Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам

Н. В. Журавлева

Зам. начальника производственного отдела

Ю.В. Будилова