



Сопредседатель, Директор

*М.В. Арзамасовская*

16.03.2022 года

*З.И. Арзамасовская*



Утверждаю: Директор ООО фирма "Медлайн" Щеглова О.А.

16.03.2022г

Примерно 14 дневное Меню

На питание учащихся

завтраки

День: 1

Сезон: зимний-весенний

№ рецептуры	Наименование блюда	масса порции в граммах		Пищевые вещества			Витамины					Минеральные вещества				Энергетическая ценность (ккал)
		7-11 лет	12 лет и старше	Белки	Жиры	Углевод	С	А	Е	Са	P	Mg	Fe			
														цена	качество	
ТТК №3	котлета Аппетитная(куриная)	100	100	12,00	30,00	14,00	16,88	11,00	0,03	48,03	33,45	158,40	46,20	0,01	370,00	
ТТК№7 с62007г	макароны отварные соус основной красный	200	200	17,54	18,70	20,80	115,86	3,20	0,00	10,62	3,10	146,74	27,40	3,10	367,06	
ТТК№377(3)		15	15	0,35	0,33	0,97	0,03	0,00	0,00	2,46	3,20	0,66	0,01	0,35	8,36	
качество удост ТТК60106 репс86	Хлеб пшеничный в/с чай с сахаром и лимоном	2/30	2/30	3,68	1,28	25,12	0,04	4,60	30,20	0,52	17,10	32,76	13,20	0,02	128,52	
Итого:		200/15/7	200/15/7	0,04	0,00	10,12	0,00	1,60	11,10	0,00	15,33	2,30	0,77	0,00	41,26	
			77,09												915,20	

День: 2

Сезон: зимний-весенний

Возрастная категория: 7-12 лет и старше

ТТК№9 с6 2007г	гречка отварная рассыпчатая	180	180	20,30	17,00	35,69	0,06	1,01	48,00	0,00	45,10	199,30	47,50	2,19	416,15
ТТК№4	котлета мясная (Цицибельская)	100	100	9,50	17,30	6,40	0,13	10,12	0,02	0,00	34,20	108,74	33,59	0,00	270,00
ТТК№377(3)	соус основной красный	11	11	0,35	0,33	0,97	0,03	0,00	0,00	2,46	3,20	0,66	0,01	0,35	8,36
удост. качества	хлеб ржаной	2/30	2/30	3,68	1,28	25,12	0,04	4,60	30,20	0,52	17,10	32,76	13,20	0,02	128,52

ТК№160106 рец№686	чай с сах и лим	200/15/7	200/15/7	4,50	0,04	0,00	10,12	0,00	1,60	11,10	0,00	15,33	2,30	0,77	0,00	41,26
Итого:				77,09												834,29

День 3

Сезон: зимний-весенний

рец№304 сб 2010г	плов из кур филе	200	200	56,39	75,38	21,25	44,61	0,08	1,26	60,00	0,00	56,38	200,17	59,38	2,74	471,25
Качест Удост	клуб пшеничный в/с	2/30	2/30	6,50	3,68	1,28	25,12	0,04	4,60	30,20	0,52	17,10	32,76	13,20	0,02	128,52
ТК№110 рец 959	какао на молоке	200	200	14,20	1,36	0,00	29,02	0,04	0,00	38,50	16,00	28,70	7,08	0,02	0,80	121,52
Итого:				77,09												721,29

День 4

Сезон: зимний-весенний

рец№168 сб 2010г	Каша вязкая с маслом и сахаром, молочная (манна)	200/16	200/16	33,74	4,52	4,07	35,46	0,04	0,00	20,00	0,00	10,70	38,60	7,90	0,47	121,76
ТК№5	Горчи из печи "Сладушки"	50	50	22,65	6,00	4,00	40,00	2,48	3,52	13,80	27,60	25,80	58,20	37,80	0,80	220,00
Удост. качества	хлеб ржаной	2/30	2/30	6,50	3,68	1,28	25,12	0,04	4,60	30,20	0,52	17,10	32,76	13,20	0,02	128,52
ТК№110 рец№959	Какао на молоке	200	200	14,20	1,36	0,00	29,02	0,04	0,00	38,50	16,00	28,70	7,08	0,02	0,80	121,52
Итого:				77,09												591,80

День 5

Сезон: зимний-весенний

ТК№7 сб2007г	макаронь отварные	200	200	25,40	17,54	18,70	20,80	115,86	3,20	0,00	10,62	3,10	146,74	27,40	3,10	367,06
--------------	-------------------	-----	-----	-------	-------	-------	-------	--------	------	------	-------	------	--------	-------	------	--------



День 8

Сезон: зимний-весенний

ТК№6	голяды "Печеночные"	100	100	30,32	8,50	5,00	11,00	0,46	0,00	12,45	1,86	51,00	10,23	24,40	0,10	125,00
ТК№158 рец84	каша перловая расщипчатая	200	200	18,52	0,68	115,49	1,12	0,13	0,00	1,39	3,08	164,00	26,59	1,71	1,44	315,61
ТК№377(3)	соус основной красный	43	43	17,25	0,35	0,33	0,97	0,03	0,00	0,00	2,46	3,20	0,66	0,01	0,35	8,36
Качест удост	хлеб пшенич.в/с	2/30		6,50	3,68	1,28	25,12	0,04	4,60	30,20	0,52	17,10	32,76	13,20	0,02	128,52
ТК№160106	чай с сахаром и лимоном	200/15/7	200/15/7	4,50	0,04	0,00	10,12	0,00	1,60	11,10	0,00	15,33	2,30	0,77	0,00	41,26
Итого:				77,09												618,75

День 9

Сезон: зимний-весенний

№ рец 93 сб2010г	макаронные изд. С. сл. Масло и сахаром	300	300	61,20	7,56	7,00	22,81	0,11	1,14	49,00	0,00	205,93	180,35	30,13	0,66	504,69
Уд. Качество	хлеб пшенич. в/с <sup>0</sup> нисель из	2/30	2/30	6,50	3,68	1,28	25,12	0,04	4,60	30,20	0,52	17,10	32,76	13,20	0,02	128,52
ТК№5170	концетрата плодового или	200	200	9,39	0,30	0,00	7,20	0,00	1,60	11,10	0,00	15,33	2,30	0,77	0,00	38,60
сб2012г	ягодного			77,09												671,81
Итого:																

День 10

Сезон: зимний-весенний

ТК № 4	котлета мясная (Цвибельская)	100	100	29,00	9,50	17,30	6,40	0,13	10,12	0,02	0,00	34,20	108,74	33,59	0,00	220,00
ТК№7 сб 2007г	макаронны отвари соус основной	200	200	25,40	17,54	18,70	20,80	115,86	3,20	0,00	10,62	3,10	146,74	27,40	3,10	367,06
ТК№377(3)	красный	29	29	11,69	0,35	0,33	0,97	0,03	0,00	0,00	2,46	3,20	0,66	0,01	0,35	8,36
Качест удост	Хлеб пшеничный в/с	2/30	2/30	6,50	3,68	1,28	25,12	0,04	4,60	30,20	0,52	17,10	32,76	13,20	0,02	128,52

TK№160106	чай с сахаром и лимонном	200/15/7	200/15/7	4,50	0,04	0,00	10,12	0,00	1,60	0,00	11,10	15,33	2,30	0,77	0,00	41,26
реф:86				77,09												765,20
итого																

День 11

Сезон: зимний-весенний

ТТК2	котлета рыбная "Сазан"	100	100	25,10	8,50	5,00	11,00	0,46	0,00	12,45	1,86	51,00	10,23	24,40	0,10	125,00
TK№7 с620071	макаронны отварные соус основной	200	200	25,40	17,54	18,70	20,80	115,86	3,25	0,00	10,62	3,20	146,74	27,40	3,10	367,21
TK№377(3)	красный	38	38	15,59	0,35	0,33	0,97	0,30	0,00	0,00	2,46	3,20	0,66	0,01	0,35	8,63
Качест УДОСТ	Хлеб ржаной	2/30	2/30	6,50	3,68	1,28	25,12	0,04	4,60	30,20	0,52	17,10	32,76	13,20	0,02	128,52
TK№160106	чай с сахаром и лимонном	200/15/7	200/15/7	4,50	0,04	0,00	24,76	0,01	1,08	0,00	56,51	6,40	3,60	0,06	1,80	94,20
реф:86				77,09												723,56
итого																

День 12

Сезон: зимний-весенний

ТТК № 5	Горчи из печи "Оладушки"	50	50	22,65	6,00	4,00	40,00	2,48	3,52	13,80	27,60	25,80	58,20	37,80	0,80	220,00
реф: 168 с62010г	наша вязная молочная "Дружба"(пшениная)	200/11	200/11	33,74	7,04	7,68	40,10	0,30	0,33	40,00	10,20	110,00	0,09	35,80	3,32	254,86
УДОСТ качества	хлеб пшеничный	2/30	2/30	6,50	3,68	1,28	25,12	0,04	4,60	30,20	0,52	17,10	32,76	13,20	0,02	128,52
TK№110	какао на молоке	200	200	14,20	1,36	0,00	29,02	0,04	0,00	38,50	16,00	28,70	7,08	0,02	0,80	121,52
реф:595				77,09												724,90
итого																

День 13

Сезон: зимний-весенний

ТТК№9	тефтеля "Домашняя"	100	100	33,00	9,00	9,00	11,00	0,08	1,00	20,00	1,20	14,74	27,24	20,40	3,34	117,00
TK№377(3)	Соус красный основной	29	29	11,80	0,35	0,33	0,97	0,03	0,00	0,00	2,46	3,20	0,66	0,01	0,35	8,36

рец№694	картофельное пюре	180	180	16,40	0,68	115,49	1,12	0,13	0,00	1,39	3,08	164,00	26,59	1,71	1,44	315,63
сб2005г	Хлеб ржаной	2/30	2/30	6,50	3,68	1,28	25,12	0,04	4,60	30,20	0,52	17,10	32,76	13,20	0,02	128,52
	кисель из															
	концентрата															
	плодового или															
ТН№517	ягодного или	200	200	9,39	0,30	0,00	7,20	0,00	1,60	11,10	0,00	15,33	2,30	0,77	0,00	38,60
сб2012г	итого			77,09												608,11

День 14

Сезон: зимний - весенний

рец№168	каша рисовая	200/11	200/11	37,64	3,09	4,07	36,98	0,03	0,00	20,00	37,66	5,90	67,00	21,80	0,47	197,00
сб2010г	молочная															
	блин со вкусом	50	50	22,00	3,50	7,50	36,00	24,20	23,60	0,40	0,02	71,20	51,56	12,00	0,02	230,00
ТН№3	вар. стущ. молока	1/30	1/30	3,25	3,68	1,28	25,12	0,04	4,60	30,20	0,52	17,10	32,76	13,20	0,02	128,52
Качест удост	Хлеб пшеч. в/с	200	200	14,20	1,36	0,00	29,02	0,04	0,00	38,50	16,00	28,70	7,08	0,02	0,80	121,52
ТН№110	какао на молоке			77,09												677,04
рец959	итого															

Технолог

Кушнина А.С.

Повар

*Березуева И.В.*