Согласовано: Директор Армашевской СШ
" 10 " 01 .2022 года Жариф Бронина Н.В.

Утверждаю: Директор ООО фирма "Мельник" ______ Щеглова О.А.

от 10.01.2022г

Примерное 14 дневное Меню
На питание учащихся с ограниченными возможностями и детей инвалидов.

День: 1

Сезон:зимний-весенний

№ рецептуры	Наименование блюда	масса порции в граммах		цена	Пищевые вещества			Витамины				Минеральные вещества				Энергетическая ценность (ккал)
		7-11 лет	12 лет и старше		Белки	Жиры	Углевод	B	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
сб 2007г (Могилный)	бутерброд с маслом	30/10	30/10	13,45	3,48	8,32	17,20	0,30	33,00	20,00	10,20	80,00	0,09	17,18	0,50	190,27
ТКN№160106 рец686	чай с сахаром и лимоном	200/15/7	200/15/7	4,00	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:																231,53

№ рецептуры	Наименование блюда	масса порции в граммах		цена	Пищевые вещества			Витамины				Минеральные вещества				Энергетическая ценность (ккал)
		7-11 лет	12 лет и старше		Белки	Жиры	Углевод	B	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
ТТК №3	котлета Аппетитная(куриная)	100	100	34,30	12,00	30,00	14,00	16,88	11,00	0,03	48,03	33,45	158,40	46,20	0,01	370,00
ТКN№7 сб2007г	макароны отварные	180	180	22,00	17,54	18,70	20,80	115,86	3,20	0,00	10,62	3,10	146,74	27,40	3,10	367,06
ТКN№377(3)	соус основной красный	26	26	10,75	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
ТКN№160106 рец686	чай с сахаром и лимоном	200/15/7	200/15/7	4,00	0,04	0,00	24,76	0,01	1,08	0,00	56,51	6,40	3,60	0,00	1,80	94,20
Итого:				95,00												968,14

День 2

Сезон:зимний-весенний

ТКN№160106 рец№686	чай с сах и лим	200/15/7	200/15/7	4,00	0,04	0,00	10,12	0,00	1,60	11,10	0,00	15,33	2,30	0,77	0,00	41,26

ТТК№3	блин со вкусом вар. Сгущ.мол	50	50	10,65	1,75	3,75	18,00	12,10	11,80	0,20	0,01	35,60	25,78	6,00	0,01	115,00
Итого:																156,26

№рец349 сб2010г	гречка по купечески	280	280	59,20	24,51	22,56	33,21	0,46	20,82	12,45	1,86	92,00	127,56	82,30	0,10	417,83
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
ТКК№160106 рец№686	чай с сах и лим	200/15/7	200/15/7	4,00	0,04	0,00	10,12	0,00	1,60	11,10	0,00	15,33	2,30	0,77	0,00	41,26
ТТК№3	блин со вкусом вар. Сгущ.мол	50	50	10,65	1,75	3,75	18,00	12,10	11,80	0,20	0,01	35,60	25,78	6,00	0,01	115,00
Итого:				95,00												702,61

День3

Сезон:зимний-весенний

сб 2007г (Могильный)	бутерброд с маслом	30/7	30/7	11,50	3,48	8,32	17,20	0,30	0,33	20,00	10,20	80,00	0,09	17,18	0,50	157,60
ТКК№110 рец 959	како на молоке	200	200	13,50	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:																279,12

рец№304 сб 2010г	плов из кур филе	250	250	50,00	25,38	21,25	44,61	0,08	1,26	60,00	0,00	56,38	200,17	59,38	2,74	471,25
Качест удост	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
ТКК№110 рец 959	како на молоке	200	200	13,50	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:				95,00												721,29

День 4

Сезон:зимний-весенний

ТТК№5	Горячи из печи "Оладушки"	50	50	10,25	6,00	4,00	40,00	2,48	3,52	13,80	27,60	25,80	58,20	37,80	0,80	220,00
ТКК№110 рец№959	Какао на молоке	200	200	13,50	3,52	3,72	25,49	0,19	1,30	0,00	0,00	122,05	0,00	0,00	0,56	156,83

Итого:																376,83
рец№168 сб 2010г	Каша вязкая с маслом и сахором,молочная (манная)	200/20	200/20	41,00	4,52	4,07	35,46	0,04	0,00	20,00	0,00	10,70	38,60	7,90	0,47	121,76
ТТК№5	Горячи из печи "Оладушки"	50	50	10,25	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	13,50	3,52	3,72	25,49	0,19	1,30	0,00	0,00	122,05	0,00	0,00	0,56	156,83
Итого:				95,00												627,11

День 5

Сезон:зимний-весенний

сб 2007г (Могильный)	бутерброд с маслом)	30/15	30/15	18,31	3,48	8,32	17,20	0,30	0,33	20,00	10,20	80,00	0,09	17,18	0,50	157,60
ТК№160106рец №686	чай с сахар.и лимоном	200/15/7	200/15/7	4,00	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																198,86
ТК№7 сб2007г	макароны отварные	180	180	22,00	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)	соус основной красный	18	18	7,56	0,35	0,33	0,97	0,03	0,00	0,00	2,46	3,20	0,66	0,01	0,35	8,36
ТТК№9	тефтеля "Домашняя"	100	100	32,63	9,00	9,00	11,00	0,08	1,00	20,00	1,20	14,74	27,24	20,40	3,34	117,00
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
ТК№160106рец №686	чай с сахар.и лимоном	200/15/7	200/15/7	4,00	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				95,00												662,20

День 6

Сезон:зимний-весенний

сб 2007г(Могилны й)	бутерброд с маслом	30/18	30/18	20,90	3,48	8,32	17,20	0,30	0,33	20,00	10,20	80,00	0,09	17,18	0,50	157,60
ТКN№160106 рец686	чай с сахаром лимоном	200/15/7	200/15/7	4,00	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:																198,86

ТТКN№4	котлета мясная(Цвибельская)	100	100	28,00	9,50	17,30	6,40	0,13	10,12	0,02	0,00	34,20	108,74	33,59	0,00	220,00
сб 2004г	гороховое пюре	180	180	17,10	23,20	5,43	50,80	0,81	6,45	0,07	5,00	115,00	23,00	61,64	4,00	272,20
ТКN№377(3)	соус основной красный	36	36	14,50	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 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
ТКN№160106 рец686	чай с сахаром и лимоном	200/15/7	200/15/7	4,00	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:				95,00												670,34

День 7

Сезон:зимний-весенний

ТТКN№3	блин со вкусом вар сгущ.мол.	50	50	10,65	3,50	7,50	36,00	24,2	23,60	0,40	0,02	71,20	51,56	12,00	0,02	230,00
ТКN№160106 рец686	чай с ссахаром и лимоном	200/15/7	200/15/7	4,00	3,52	3,72	25,49	0,19	1,30	0,00	0,00	122,05	0,00	0,00	0,56	156,83
Итого:																386,83

ТТКN№3	блин со вкусом вар сгущ.мол.	100	100	21,30	3,50	7,50	36,00	24,2	23,60	0,40	0,02	71,20	51,56	12,00	0,02	230,00
ТКN№120224 рец№311	каша жидкая молочная (из хлопьев овсяных)	200/18	200/18	48,55	9,70	12,50	54,40	0,04	6,80	28,45	0,05	55,28	61,00	13,00	1,20	242,42
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
ТКN№160106 рец686	чай с ссахаром и лимоном	200/15/7	200/15/7	4,00	3,52	3,72	25,49	0,19	1,30	0,00	0,00	122,05	0,00	0,00	0,56	156,83

Итого:				95,00												757,77

День 8

Сезон:зимний-весенний

сб 2007гШМогилн	бутерброд с маслом	30/17	30/17	20,52	3,48	8,32	17,20	0,30	0,33	20,00	10,20	80,00	0,09	17,18	0,50	157,60
ТКN№160106 рец686	чай с сахаром и лимоном	200/15/7	200/15/7	4,00	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:																198,86

ТТКN№6	оладьи "Печёночные"	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
ТКN№158 рец8	каша перловая рассыпчатая	200	200	17,00	0,24	0,12	35,76	1,06	0,01	0,00	0,00	8,20	6,42	0,96	0,28	53,05
ТКN№377(3)	соус основной красный	31	31	12,66	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	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
ТКN№160106 рец686	чай с сахаром и лимоном	200/15/7	200/15/7	4,00	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:				95,00												356,19

День 9

Сезон:зимний-весенний

сб 2007г(Могильный)	бутерброд с маслом	30/11	30/11	14,26	3,48	8,32	17,20	0,30	0,33	20,00	10,20	80,00	0,09	17,18	0,50	157,60
ТКN№5170 сб2012г	кисель из концетрата плодового или ягодного	200	200	7,88	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:																198,86

рецN№304 сб2010г	плов из куриного филе	280	280	58,48	25,38	21,25	44,61	0,08	1,26	60,00	0,00	56,38	200,17	59,38	2,74	471,25
уд. 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

ТКN№5170 сб2012г	кисель из концетрата плодового или ягодного	200	200	7,88	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:				95,00												641,03

День 10

Сезон:зимний-весенний

сб 2007г(Могильн	бутерброд с маслом	30/13	30/13	15,90	3,48	8,32	17,20	0,30	0,33	20,00	10,20	80,00	0,09	17,18	0,50	157,60
ТКN№160106 рец686	чай с сахаром и лимоном	200/15/7	200/15/7	4,00	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																198,86

ТТК № 4	котлета мясная(Цвибельская)	100	100	28,00	9,50	17,30	6,40	0,13	10,12	0,02	0,00	34,20	108,74	33,59	0,00	220,00
ТКN№7 сб 2007г	макароны отварн	200	200	24,50	17,54	18,70	20,80	115,86	3,20	0,00	10,62	3,10	146,74	27,40	3,10	367,06
ТКN№377(3)	соус основной красный	30	30	12,10	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
ТКN№160106 рец686	чай с сахором и лимоном	200/15/7	200/15/7	4,00	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				95,00												765,20

День 11

Сезон:зимний-весенний

ТТК № 3	блин со вкусом вар.сгущ.мол.	50	50	10,65	3,50	7,50	36,00	24,20	23,60	0,40	0,02	71,20	51,56	12,00	0,02	230,00
ТК №110 рец№959	какао на молоке	200	200	13,50	3,52	3,72	25,49	0,19	1,30	0,00	0,00	122,05	0,00	0,00	0,56	156,83
итого																386,83

ТТК № 3	блин со вкусом вар.сгущ.мол.	50	50	10,65	3,50	7,50	36,00	24,20	23,60	0,40	0,02	71,20	51,56	12,00	0,02	230,00
рец№168 сб2010г	каша рисовая молочная	200/17	200/17	40,20	3,09	4,07	36,98	0,03	0,00	20,00	37,66	5,90	67,00	21,80	0,47	197,00

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
ТК №110 рец№959	какао на молоке	200	200	13,50	3,52	3,72	25,49	0,19	1,30	0,00	0,00	122,05	0,00	0,00	0,56	156,83
итого				95,00												712,35

День 12

Сезон:зимний-весенний

ТТК № 5	Горячи из печи "Оладушки"	50	50	10,25	6,00	4,00	40,00	2,48	3,52	13,80	27,60	25,80	58,20	37,80	0,80	220,00
ТК№110 рец595	какао на молоке	200	200	13,50	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																341,52

ТТК № 5	Горячи из печи "Оладушки"	100	100	20,50	6,00	4,00	40,00	2,48	3,52	13,80	27,60	25,80	58,20	37,80	0,80	220,00
рец№ 168 сб2010г	каша вязкая молочная "Дружба"(пшённая)	200/8	200/8	30,75	7,04	7,68	40,10	0,30	0,33	40,00	10,20	110,00	0,09	35,80	3,32	254,36
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
ТК№110 рец595	какао на молоке	200	200	13,50	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				95,00												724,90

День 13

Сезон:зимний-весенний

сб 2007г(Могильный)	бутерброд с маслом	30/11	30/11	14,26	3,48	8,32	17,20	0,30	0,33	20,00	10,20	80,00	0,09	17,18	0,50	157,60
ТК№517 сб2012г	кисель из концентрата плодового или ягодного	200	200	7,88	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																198,86

ТТК№9	тефтеля "Домашняя"	100	100	32,63	9,00	9,00	11,00	0,08	1,00	20,00	1,20	14,74	27,24	20,40	3,34	117,00
ТК№377(3)	соус красный основной	17	17	6,85	0,35	0,33	0,97	0,03	0,00	0,00	2,46	3,20	0,66	0,01	0,35	8,36
сб 2004г	гороховое пюре	200	200	19,00	0,68	115,49	1,12	0,13	0,00	1,39	3,08	164,00	26,59	1,71	1,44	315,63
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
ТК№517 сб2012г	кисель из концентрата плодового или ягодного	200	200	7,88	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				95,00												610,77

День 14

Сезон:зимний-весенний

сб 2007г(Могильный)	бутер с маслом	30/13	30/13	15,90	3,48	8,32	17,20	0,30	0,33	20,00	10,20	80,00	0,09	17,18	0,50	157,60
ТК№160106 рец686	чай с сахаром и лимоном	200/15/7	200/15/7	4,00	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																198,86

ТТК№2	котлета рыбная "Сазан"	100	100	23,70	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№377(3)	соус основной красный	40	40	16,40	0,35	0,33	0,97	0,30	0,00	0,00	2,46	3,20	0,66	0,01	0,35	8,63
ТК№7 сб2007г	макаронные изделия	200	200	24,50	17,54	18,70	20,80	115,86	3,20	0,00	10,62	3,20	146,74	27,40	3,10	367,16
Качест удост	Хлеб пшен. 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№160106 рец686	чай с сахаром и лимоном	200/15/7	200/1/7	4,00	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				95,00												670,57

Технолог Кувшинова А.С.

Повар Березнева Л.В.