

95р. 4 см.



Меню обедов для учащихся 5-11 классов. Для БОУ

№ _____

2 вариант

на период 04.09.23 - 16.09.23

Тип меню: П/Ф М

	7989	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход основной	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Понедельник 04.09.23								
Обед								
1	Салат из свеклы отварной	4.87 р.	54-13з	100	1.614	4.995	10.253	90.518
2	Щи из свежей капусты, с картофелем(со сметаной)*	8.26 р.	282/3/1998.	250	2.123	5.759	11.751	105.144
3	Котлета куриная(в) запеченная с соусом сметанным*	44.51 р.	ТПП/1044/3/1998	120	13.835	14.384	12.892	236.502
4	Картофельное пюре на молоке с маслом	16.54 р.	946/2/1998.	180	3.684	4.568	30.589	171.279
5	Хлеб пшеничный	2.43 р.	ТПП	43	3.298	0.391	21.570	98.084
6	Сок фруктовый	17.00 р.	ТПП	200	1.000	0.000	28.000	112.000
Итого за Обед:		93.61 р.		893	25.554	30.097	115.055	813.527
Итого за день:		93.61 р.		893	25.554	30.097	115.055	813.527
Вторник 05.09.23								
Обед								
1	Огурец свежий порционный	10.20 р.	25/634/1998.	100	0.700	0.000	1.800	10.000
2	Суп из овощей с зеленым горошком*	8.09 р.	99/2017 Т	250	1.913	5.071	13.159	102.992
3	Рагу овощное с мясом птицы(филе курицы)*	48.35 р.	887/3/1998.	200	15.718	7.737	24.698	225.933
4	Хлеб пшеничный	2.76 р.	ТПП	49	3.747	0.444	24.502	111.418
5	Компот из сухофруктов*	4.56 р.	1113/3/98	200	0.640	0.000	28.570	114.450
6	Корж молочный в индивидуальной упаковке	20.00 р.	ТПП	45	3.450	6.150	32.600	229.000
Итого за Обед:		93.96 р.		844	26.168	19.402	125.329	793.793
Итого за день:		93.96 р.		844	26.168	19.402	125.329	793.793
Среда 06.09.23								
Обед								
1	Помидор свежий порционный	10.62 р.	25/635/1998.	100	0.600	0.000	2.900	14.000
2	Суп картофельный с макаронными изделиями*	6.05 р.	307/3/1998.	250	2.900	2.413	23.475	123.428
3	Печень по-строгановски	36.27 р.	748/3/1998.	100	13.330	12.950	7.159	198.610
4	Гречка отварная с маслом	11.21 р.	931/3/1998.	180	10.227	6.293	46.230	282.068
5	Хлеб пшеничный	2.47 р.	ТПП	44	3.352	0.397	21.918	99.666
6	Компот из клубники с сахаром	6.81 р.	54-1хн-2020	200	0.100	0.000	15.930	65.450
7	Печенье апельсиновое в индивидуальной упаковке	20.00 р.	ТПП	35	2.170	9.415	19.880	173.600
Итого за Обед:		93.43 р.		909	32.679	31.468	137.492	956.822
Итого за день:		93.43 р.		909	32.679	31.468	137.492	956.822
Четверг 07.09.23								
Обед								
1	Огурец свежий порционный	10.20 р.	25/634/1998.	100	0.700	0.000	1.800	10.000
2	Борщ с капустой и картофелем(со сметаной)*	8.49 р.	262/1998.	250	2.251	5.956	15.644	123.152
3	Рыба тушеная в сметанном соусе (минтай филе)*	40.49 р.	232/2017 Т	100	11.410	10.822	5.708	166.340
4	Рис отварной с маслом	14.96 р.	934/3/1998.	185	4.576	4.273	48.017	248.834
5	Хлеб пшеничный	2.86 р.	ТПП	51	3.876	0.459	25.347	115.260
6	Компот из черной смородины с сахаром	10.89 р.	54-1хн-2020	200	0.200	0.000	16.570	67.850
7	Пряник в индивидуальной.упаковке	8.46 р.	ТПП	30	1.881	1.485	24.651	118.470
Итого за Обед:		96.35 р.		916	24.894	22.995	137.737	849.906
Итого за день:		96.35 р.		916	24.894	22.995	137.737	849.906
Пятница 08.09.23								
Обед								
1	Огурец свежий порционный	10.20 р.	25/634/1998.	100	0.700	0.000	1.800	10.000
2	Рассольник ленинградский(со сметаной)*	10.19 р.	76/2011	255	2.205	6.130	20.260	141.400
3	Жаркое по-домашнему	56.50 р.	820/3/1998.	220	13.765	16.403	26.411	296.873
4	Хлеб пшеничный	3.76 р.	ТПП	67	5.107	0.605	33.398	151.872
5	Сок фруктовый	17.00 р.	ТПП	200	1.000	0.000	28.000	112.000
Итого за Обед:		97.65 р.		842	22.777	23.138	109.869	712.145
Итого за день:		97.65 р.		842	22.777	23.138	109.869	712.145
Суббота 09.09.23								
Обед								
1	Огурец свежий порционный	10.20 р.	25/634/1998.	100	0.700	0.000	1.800	10.000
2	Щи из свежей капусты, с картофелем(со сметаной)*	8.58 р.	282/3/1998.	250	2.143	5.939	11.736	106.810
3	Печень по-строгановски	39.89 р.	748/3/1998.	110	14.663	14.245	7.874	218.470
4	Макаронные изделия отварные с маслом	15.73 р.	940/2/1998.	200	10.384	8.468	66.167	382.705
5	Хлеб пшеничный	3.60 р.	ТПП	64	4.887	0.579	31.957	145.318
6	Сок фруктовый	17.00 р.	ТПП	200	1.000	0.000	28.000	112.000
Итого за Обед:		95.00 р.		924	33.777	29.231	147.534	975.303
Итого за день:		95.00 р.		924	33.777	29.231	147.534	975.303

Понедельник 11.09.23									
Обед									
1	Маринад овощной со свеклой*	7.61 р.	1072/2/1998.	100	1.692	9.990	11.320	140.678	
2	Суп гороховый*	6.02 р.	306/3/1998.	250	5.900	5.375	21.120	153.850	
3	Плов с курицей(филе курицы)*	50.86 р.	893/2/1998.	200	17.274	8.311	43.038	315.761	
4	Хлеб пшеничный	2.24 р.	ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400	
5	Компот из клубники с сахаром	6.81 р.	54-1хн-2020	200	0.100	0.000	15.930	65.450	
6	Печенье шоколадное в индивидуальной упаковке	20.00 р.	ТПП	40	2.170	9.415	19.880	173.600	
Итого за Обед:		93.54 р.		830	30.176	33.451	131.168	939.739	
Итого за день:		93.54 р.		830	30.176	33.451	131.168	939.739	
Вторник 12.09.23									
Обед									
1	Помидор свежий порционный	10.62 р.	25/635/1998.	100	0.600	0.000	2.900	14.000	
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	6.03 р.	307/3/1998.	250	2.900	2.313	23.475	122.529	
3	Жаркое по-домашнему	55.46 р.	820/3/1998.	200	13.464	15.570	23.631	277.700	
4	Хлеб пшеничный	2.24 р.	ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400	
5	Кисель	5.42 р.	1131/3/98.	200	0.096	0.000	31.460	121.020	
6	Печенье апельсиновое в индивидуальной упаковке	20.00 р.	ТПП	35	2.170	9.415	19.880	173.600	
Итого за Обед:		99.77 р.		825	22.27	27.658	121.226	799.249	
Итого за день:		99.77 р.		825	22.27	27.658	121.226	799.249	
Среда 13.09.23									
Обед									
1	Икра кабачковая порционная	13.77 р.	ТПП	75	1.500	6.750	6.450	91.500	
2	Огурец свежий порционный	2.55 р.	25/634/1998.	25	0.175	0.000	0.450	2.500	
3	Борщ с капустой и картофелем(со сметаной)*	8.15 р.	262/1998.	250	2.229	5.777	15.666	121.507	
4	Картофельное пюре на молоке с маслом	16.54 р.	946/2/1998.	180	3.684	4.568	30.589	171.279	
5	Котлета куриная(в) запеченная с соусом сметанным*	44.51 р.	ТПП/1044/3/1998	120	13.835	14.384	12.892	236.502	
6	Хлеб пшеничный	2.24 р.	ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400	
7	Компот из сухофруктов	4.15 р.	54-1хн	200	0.800	0.000	23.986	96.180	
Итого за Обед:		91.91 р.		890	25.263	31.839	109.913	809.868	
Итого за день:		91.91 р.		890	25.263	31.839	109.913	809.868	
Четверг 14.09.23									
Обед									
1	Помидор свежий порционный	10.62 р.	25/635/1998.	100	0.600	0.000	2.900	14.000	
2	Суп из овощей с зеленым горошком*	8.09 р.	99/2017 Т	250	1.913	5.071	13.159	102.992	
3	Курица тушеная с морковью (филе курицы)*	58.37 р.	303/2011	110	16.572	7.754	5.528	157.822	
4	Гречка отварная с маслом	11.21 р.	931/3/1998.	180	10.227	6.293	46.230	282.068	
5	Хлеб пшеничный	2.76 р.	ТПП	49	3.747	0.444	24.502	111.418	
6	Компот из клубники с сахаром	6.81 р.	54-1хн-2020	200	0.100	0.000	15.930	65.450	
Итого за Обед:		97.86 р.		889	33.159	19.562	108.249	733.75	
Итого за день:		97.86 р.		889	33.159	19.562	108.249	733.75	
Пятница 15.09.23									
Обед									
1	Морковь, тушенная в сметанном соусе	8.67 р.	334/2011.	100	1.466	2.920	8.399	64.865	
2	Щи из свежей капусты, с картофелем(со сметаной)*	10.47 р.	282/3/1998.	260	2.324	7.040	12.132	119.080	
3	Рагу овощное с мясом птицы(филе курицы)*	60.44 р.	887/3/1998.	250	19.647	9.671	30.873	282.417	
4	Хлеб пшеничный	3.42 р.	ТПП	61	4.636	0.549	30.317	137.860	
5	Компот из кураги*	8.92 р.	1113/3/98г.	200	1.024	0.000	26.954	109.444	
Итого за Обед:		91.92 р.		871	29.097	20.18	108.675	713.666	
Итого за день:		91.92 р.		871	29.097	20.18	108.675	713.666	
Суббота 16.09.23									
Обед									
1	Огурец свежий порционный	10.20 р.	25/634/1998.	100	0.700	0.000	1.800	10.000	
2	Суп гороховый	6.57 р.	54-8с	250	6.167	5.388	23.709	164.772	
3	Рыба тушеная в томате с овощами(филе минтая)**	40.29 р.	640/3/1998.	100	11.663	7.499	4.835	133.239	
4	Рис отварной с маслом	18.96 р.	934/3/1998.	180	4.364	7.862	45.418	269.896	
5	Хлеб пшеничный	1.98 р.	ТПП	35	2.690	0.319	17.594	80.004	
6	Сок фруктовый	17.00 р.	ТПП	200	1.000	0.000	28.000	112.000	
Итого за Обед:		95.00 р.		865	26.584	21.068	121.356	769.911	
Итого за день:		95.00 р.		865	26.584	21.068	121.356	769.911	
ИТОГО ЗА ОБЕД:		1140.00 р.		10498	332.398	310.089	1473.603	9867.679	
ИТОГО ЗА ПЕРИОД:		1140.00 р.		10498	332.398	310.089	1473.603	9867.679	
СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД:		95.00 р.		874.83	27.7	25.84	122.8	822.31	
СООТНОШЕНИЕ:					1	0.933	4.433		

примечание:

директор _____

в. произв. _____

печенья _____