

Согласовано:

Директор МБОУ Жирновской СОШ



Утверждаю

Директор ООО "БК КОП"

А.В.Максимов



Примерное меню

обед для детей с ОВЗ на 2021 учебный год для школ  
Тацинского района на сумму 60 рублей

Сборник рецептов блюд для общественного питания при общеобразовательных  
школах 2004г, ТТК.

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	ККАЛ
<b>1 неделя</b>						
<b>Понедельник</b>						
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,09
	Сыр твердый	15	3,07	3,45	0,37	45
160-2004	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,73	3,74	28,93	150,14
694-2004	Какао на молоке гущенном	180	5,14	4,32	18,74	135,77
	Печенье весовое	30	12,25	5,94	36,45	125,1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,24	44,2
	Яблоки свежие	78	0,31	0,31	7,68	36,8
	<b>Итого:</b>		<b>28,1</b>	<b>25,19</b>	<b>101,54</b>	<b>603,1</b>
<b>Вторник</b>						
110-2004	Борщ из свежей капусты с картоф.	200	1,85	4	10,6	131
413-2004	Сосиски отварные с соусом	65\14	14,02	13,03	23,91	179
508-2004	Каша ячневая	150	4,89	4,44	31,6	186
т.32-2004	Свекла отварная	20	1,03	3,5	5,33	37
648-2004	Кисель плодово-ягодный	180	1,1	0,05	18,4	118
	Хлеб пшеничный	40	0,32	0,32	0,52	264,36
	<b>Итого:</b>		<b>23,21</b>	<b>25,34</b>	<b>90,36</b>	<b>915,36</b>
<b>Среда</b>						
140-2004	Суп картофельный с вермишелью	200	0,9	4,7	15,7	110
ТТК-115	Плов из птицы	65\130	8,47	12,44	46,18	212,4
214-2004	Капуста тушеная	13	0,66	1,23	1,14	32,1
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,26		15,4	59,4
	Хлеб пшеничный	40	0,32	0,32	0,52	264,36
	<b>Итого:</b>		<b>24,71</b>	<b>29,55</b>	<b>100,34</b>	<b>1039,26</b>

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	ККАЛ
<b>Четверг</b>						
124-2004	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,85	4	10,6	111
ТТК-49	Птица тушеная с овощами	40\27	9,27	14,22	8,87	104
516-2004	Макароны отварные	150	3,55	4,45	15,1	205
530-2004	Морковь тушеная	10	10	1,42	0,11	20,5
639-2004	Компот из сухофруктов	180	0,59		33,4	128
	Хлеб пшеничный	40	3,9	0,56	22,2	109
	<b>Итого:</b>		<b>29,16</b>	<b>24,65</b>	<b>90,28</b>	<b>677,5</b>
<b>Пятница</b>						
139-2004	Суп картофельный с горохом	200	6	4,4	21,5	143
ТТК-74	Мясо по-мински	55	11,47	13,96	22,18	109
520-2004	Картофельное пюре	150	2,18	2,91	17,5	103
т.32-2004	Свекла отварная	7	0,36	1,22	1,86	12,9
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,26		15,4	59,4
	Хлеб пшеничный	40	3,9	0,56	22,2	109
	<b>Итого:</b>		<b>24,17</b>	<b>23,05</b>	<b>100,64</b>	<b>536,3</b>
<b>2 неделя</b>						
<b>Понедельник</b>						
140-2004	Суп картофельный с вермишелью	200	0,9	4,7	15,7	110
ТТК-104	Котлета рыбная	50	16,5	16,9	7,72	134,9
ТТК-166	Картофельное пюре	150	4,89	4,44	31,6	186
220-2004	Свекла тушеная	10	1,4	0,57	0,046	8,2
639-2004	Компот из сухофруктов	180	0,59		33,4	128
	Хлеб пшеничный	40	0,32	0,32	0,52	264,36
	<b>Итого:</b>		<b>24,6</b>	<b>26,93</b>	<b>88,986</b>	<b>831,46</b>

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	ККАЛ
<b>Вторник</b>						
124-2004	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,85	4	10,6	111
359-2004	Сырники с морковью	150	15,51	13,24	39,59	271
	Молоко сгущенное	24	1,6	1,27	13,7	62,56
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,26		15,4	59,4
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,24	44,2
	<b>Итого:</b>		<b>20,74</b>	<b>18,69</b>	<b>88,53</b>	<b>548,16</b>
<b>Среда</b>						
138-2004	Суп картофельный с рисом	200	3,87	2	16,4	85,6
ТТК-151	Тефтели из птицы с соусом	50\25	6,72	8,4	11,75	138,7
ТТК-166	Картофельное пюре	150	4,89	4,44	31,6	186
	Огурец соленый	9	0,036		0,09	0,8
694-2004	Какао на молоке сгущенном	180	5,14	4,32	18,74	135,77
	Хлеб пшеничный	20	<b>20,656</b>	<b>19,16</b>	<b>78,58</b>	<b>546,87</b>
	<b>Итого:</b>					
<b>Четверг</b>						
110-2004	Борщ из свежей капусты с картофелем	200	1,85	4	10,6	131
ТТК-111	Птица отварная	60	14,88	9,18	8,92	156,6
587-2004	Соус томатный	24	0,57	0,8	2,57	20,4
516-2004	Макароны отварные	150	3,77	9,05	35,77	231
214-2004	Капуста тушеная	20	0,68	1,27	1,16	32,8
	Сок фруктовый	180	0,9	0,18	18	82,8
	Хлеб пшеничный	20	<b>22,65</b>	<b>24,48</b>	<b>77,02</b>	<b>654,6</b>
	<b>Итого:</b>					

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	ККАЛ
<b>Пятница</b>						
139-2004	Суп картофельный с горохом					
ТТК-167	Шницель куриный	200	6	4,4	21,5	143
587-2004	Соус томатный	90	10,32	15,99	19,39	242,8
520-2004	Каша гречневая	20	0,48	0,67	2,14	16,94
	Икра кабачковая	150	8,69	2,28	39,4	212,5
639-2004	Компот из сухофруктов	52	0,16	0,02	2,91	19,1
	Хлеб пшеничный	180	0,59		33,4	128
	<b>Итого:</b>	20	1,52	0,18	9,24	44,2
			<b>27,76</b>	<b>23,54</b>	<b>127,98</b>	<b>806,54</b>
	<b>Среднее значение:</b>		24,57	24,05	94,4	715,9
	Экономист по ценам					
	Технолог					
			В.В.Кузнецова			
			Л.В.Филева			