

Меню завтраков и обедов для учащихся 1-4 классов. МБОУ "Аполлоновская СОШ"

на период 06.01.25 - 31.01.25

Тип меню: П/Ф М



	9491	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Понедельник 06.01.25								
Завтрак								
1	Яйцо вареное		575/3/1998.	40(1 шт.)	5.080	4.600	0.280	62.800
2	Каша молочная пшеничная с маслом (жидкая)		548/1/1998 г.	185(180/5)	6.999	7.177	36.531	239.466
3	Хлеб пшеничный		ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
4	Чай с сахаром		1203/3/1998 г.	200(190/10)	0.200	0.000	10.049	41.418
5	Фрукт свежий: Яблоко		ТПП	140	0.560	0.000	15.820	64.400
	Итого за Завтрак:	90.00р.		595	15.119	12.047	77.59	475.884
Обед								
1	Закуска овощная с чесноком		198/1998	60	1.292	5.730	7.985	88.014
2	Суп гороховый на курином бульоне		306/3/1998.	200	8.450	7.526	21.120	183.553
3	Рагу овощное с мясом птицы(филе курицы)*		887/3/1998.	200(160/40)	12.758	16.779	24.863	296.077
4	Хлеб пшеничный		ТПП	42	3.192	0.378	20.874	94.920
5	Компот вишневый с сахаром*		54-1хн-2020.	200(165/20/15)	0.160	0.000	17.230	69.650
	Итого за Обед:	90.00р.		702	25.852	30.413	92.072	732.214
	Итого за день:	180.00р.		1297	40.971	42.46	169.662	1208.098
Вторник 07.01.25								
Завтрак								
1	Сыр п/твердых сортов порционный		28/1998	13	3.484	3.549	0.000	46.930
2	Рыба тушеная в томате с овощами(филе минтая)**		640/3/1998.	90(45/45)	10.374	6.744	4.351	119.372
3	Картофельное пюре на свежем молоке с маслом		946/2/1998.	180(175/5)	3.834	4.466	30.868	172.170
4	Хлеб пшеничный		ТПП	45	3.420	0.405	22.365	101.700
5	Чай с брусничкой и сахаром		54-13гн-2020	200(182/10/8)	0.200	0.000	8.053	33.438
	Итого за Завтрак:	90.00р.		528	21.312	15.164	65.637	473.61
Обед								
1	Закуска овощная из белокочанной капусты		130/3/1998.	60	0.964	3.005	6.124	54.914
2	Свекольник на курином бульоне(со сметаной)		95/2018.	200(196/4)	4.447	7.845	15.757	148.813
3	Тефтели(биточки) "Натуральные"(в) тушеные в сметанном соусе с томатом		ТПП/1045/3/1998	110(90/20)	13.299	10.632	12.126	199.755
4	Макаронные изделия отварные с маслом*		940/2/1998.	150(146/4)	5.485	3.544	35.000	193.993
5	Хлеб пшеничный		ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
6	Сок фруктовый		ТПП	200	1.000	0.000	28.000	112.000
	Итого за Обед:	90.00р.		760	28.235	25.386	116.887	799.875
	Итого за день:	180.00р.		1288	49.547	40.55	182.524	1273.485
Среда 08.01.25								
Завтрак								
1	Запеканка творожно-морковная(п/ф)		ТТК	140	17.164	10.204	22.905	202.168
2	Соус клубничный*		1090/98.	25	0.048	0.000	10.436	42.560
3	Хлеб пшеничный		ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
4	Чай с вишней с сахаром		54-13гн-2020	200(178/12/10)	0.296	0.000	11.405	47.298
5	Йогуртный продукт фасованный		ТПП	110(1/110)	2.860	2.750	15.840	99.000
	Итого за Завтрак:	90.00р.		505	22.648	13.224	75.496	458.826
Обед								
1	Маринад овощной с томатом*		1070/3/1998.	60	1.055	6.030	6.585	84.371
2	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне		307/3/1998.	200	4.870	5.000	18.780	136.716
3	Плов с курицей(филе курицы)*		893/2/1998.	200(160/40)	14.314	17.353	43.203	385.905
4	Хлеб пшеничный		ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
5	Кисель		1131/3/98.	200	0.096	0.000	31.460	121.020

	Итого за Обед:	90.00р.		700	23.375	28.743	119.908	818.412
	Итого за день:	180.00р.		1205	46.023	41.967	195.404	1277.238
	Четверг 09.01.25							
	Завтрак							
1	Каша гречневая с курицей по-купечески		ТТК	250 (200/50)	18.802	18.197	29.454	356.152
2	Хлеб пшеничный		ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
3	Чай с сахаром		1203/3/1998г.	200(190/10)	0.200	0.000	10.049	41.418
	Итого за Завтрак:	90.00р.		500	22.802	18.647	64.353	510.57
	Обед							
1	Маринад овощной со свеклой*		1072/2/1998г.	60	1.015	5.994	6.792	84.407
2	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне (со сметаной)		282/3/1998г.	200 (196/4)	4.079	7.834	8.394	118.984
3	Котлета куриная(в) тушеная в томатном соусе*		ТПП/1029/3/1998	110(90/20)	13.606	12.181	12.609	214.478
4	Рис отварной с маслом		934/3/1998г.	150(146/4)	3.711	3.426	38.946	201.465
5	Хлеб пшеничный		ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
6	Компот из персиков с/м		1113/3/98г.	200(165/20/15)	0.000	0.000	14.970	59.850
	Итого за Обед:	90.00р.		760	25.451	29.795	101.591	769.584
	Итого за день:	180.00р.		1260	48.253	48.442	165.944	1280.154
	Пятница 10.01.25							
	Завтрак							
1	Тефтели(биточки) "Натуральные"(в) тушеные в томатном соусе*		ТПП/1029/3/1998	110(90/20)	13.178	9.181	12.083	185.908
2	Макаронные изделия отварные с маслом		940/3/1998г.	160(156/4)	5.858	3.589	37.394	205.472
3	Хлеб пшеничный		ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
4	Чай с черной смородиной с сахаром		54-13гн-2020	200(178/12/10)	0.320	0.000	11.009	46.218
	Итого за Завтрак:	90.00р.		500	21.636	13.04	75.396	505.398
	Обед							
1	Икра кабачковая порционная		ТПП	60	1.200	5.400	5.160	73.200
2	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне (со сметаной)		262/1998г.	205 (200/5)	4.197	8.170	11.402	134.437
3	Рыба тушеная в томате с овощами(филе минтая)**		640/3/1998г.	90(45/45)	10.374	6.744	4.351	119.372
4	Картофельное пюре на свежем молоке с маслом		946/2/1998г.	150(146/4)	3.212	3.602	25.895	143.115
5	Хлеб пшеничный		ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
6	Сок фруктовый		ТПП	200	1.000	0.000	28.000	112.000
	Итого за Обед:	90.00р.		760	24.163	24.411	102.143	706.424
	Итого за день:	180.00р.		1260	45.799	37.451	177.539	1211.822
	Понедельник 13.01.25							
	Завтрак							
1	Каша молочная рисовая с маслом (жидкая)		548/2/1998	200 (195/5)	5.459	6.684	37.330	232.069
2	Яйцо вареное		575/3/1998г.	40(1 шт.)	5.080	4.600	0.280	62.800
3	Хлеб пшеничный		ТПП	35	2.660	0.315	17.395	79.100
4	Чай с сахаром		1203/3/1998г.	200(190/10)	0.200	0.000	10.049	41.418
5	Фрукт свежий: Яблоко		ТПП	140	0.560	0.000	15.820	64.400
	Итого за Завтрак:	90.00р.		615	13.959	11.599	80.874	479.787
	Обед							
1	Закуска овощная с чесноком		198/1998	60	1.292	5.730	7.985	88.014
2	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне (со сметаной)		262/1998г.	205 (200/5)	4.197	8.170	11.402	134.437
3	Котлета куриная(в) тушеная в томатном соусе*		ТПП/1029/3/1998	110(90/20)	13.606	12.181	12.609	214.478
4	Гречка отварная с маслом		931/3/1998г.	150(145/5)	8.476	5.834	38.295	239.262
5	Хлеб пшеничный		ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
6	Кисель		1131/3/98г.	200	0.096	0.000	31.460	121.020
	Итого за Обед:	90.00р.		765	30.707	32.275	121.631	887.611
	Итого за день:	180.00р.		1380	44.666	43.874	202.505	1367.398
	Вторник 14.01.25							
	Завтрак							
1	Птица(курица гр. б) запеченная		894/3/1998г.	90	26.208	7.505	1.008	390.731
2	Макаронные изделия отварные с маслом		940/3/1998г.	175(171/4)	6.419	3.655	40.985	222.686
3	Хлеб пшеничный		ТПП	35	2.660	0.315	17.395	79.100
4	Чай с малиной с сахаром		54-13гн-2020	200(178/12/10)	0.296	0.000	11.129	46.338
	Итого за Завтрак:	90.00р.		500	35.583	11.475	70.517	738.855
	Обед							

1	Маринад овощной с томатом*		1070/3/1998.	60	1.055	6.030	6.585	84.371
2	Суп гороховый на курином бульоне		306/3/1998.	200	8.450	7.526	21.120	183.553
3	Тефтели(биточки) "Натуральные"(в) тушеные в томатном соусе*		ТПП/1029/3/1998	110(90/20)	13.178	9.181	12.083	185.908
4	Рис отварной с маслом		934/3/1998.	150(146/4)	3.711	3.426	38.946	201.465
5	Хлеб пшеничный		ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
6	Сок фруктовый		ТПП	200	1.000	0.000	28.000	112.000
	Итого за Обед:	90.00р.		760	30.434	26.523	126.614	857.697
	Итого за день:	180.00р.		1260	66.017	37.998	197.131	1596.552
	Среда 15.01.25							
	Завтрак							
1	Печенье		ТПП	25	1.784	3.180	16.855	118.398
2	Каша молочная ячневая с маслом (жидкая)		548/2/1998 г.	225(220/5)	8.258	6.966	45.984	279.481
3	Хлеб пшеничный		ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
4	Чай с вишней с сахаром		54-13гн-2020	200(182/10/8)	0.280	0.000	9.183	38.338
	Итого за Завтрак:	90.00р.		500	14.122	10.596	96.872	549.217
	Обед							
1	Закуска овощная из белокачанной капусты		130/3/1998.	60	0.964	3.005	6.124	54.914
2	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне		307/3/1998.	225	5.479	5.625	21.128	153.805
3	Жаркое из курицы(филе птицы)		820/3/1998.	225(180/45)	14.334	19.249	25.468	326.557
4	Хлеб пшеничный		ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
5	Компот с малиной, манго и сахаром		54-1хн-2020	200(165/20/15)	0.080	0.000	15.870	63.950
	Итого за Обед:	90.00р.		750	23.897	28.239	88.47	689.626
	Итого за день:	180.00р.		1250	38.019	38.835	185.342	1238.843
	Четверг 16.01.25							
	Завтрак							
1	Котлета куриная(в) тушеная в томатном соусе*		ТПП/1029/3/1998	110(90/20)	13.606	12.181	12.609	214.478
2	Гречка отварная с маслом		931/3/1998.	150(146/4)	8.526	5.125	38.545	234.075
3	Хлеб пшеничный		ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
4	Чай с сахаром		1203/3/1998г.	200(190/10)	0.200	0.000	10.049	41.418
	Итого за Завтрак:	90.00р.		500	25.372	17.666	81.083	580.371
	Обед							
1	Икра кабачковая порционная		ТПП	60	1.200	5.400	5.160	73.200
2	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне (со сметаной)		262/1998.	250 (245/5)	5.110	9.783	13.931	162.367
3	Рыба тушеная в томате с овощами(филе минтая)**		640/3/1998.	90(45/45)	10.374	6.744	4.351	119.372
4	Картофельное пюре на свежем молоке с маслом		946/2/1998.	185(180/5)	3.834	4.463	30.899	172.256
5	Хлеб пшеничный		ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
6	Компот из клубники с сахаром		54-1хн-2020	200(165/20/15)	0.100	0.000	15.930	65.450
	Итого за Обед:	90.00р.		835	24.418	26.84	95.121	705.645
	Итого за день:	180.00р.		1335	49.79	44.506	176.204	1286.016
	Пятница 17.01.25							
	Завтрак							
1	Фрикасе из курицы		599/2022	100(50/50)	13.346	15.513	7.748	223.845
2	Рис отварной с маслом		934/3/1998.	150(147/3)	3.736	2.705	39.275	196.393
3	Хлеб пшеничный		ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
4	Чай с брусникой с сахаром		54-13гн-2020	200(178/12/10)	0.200	0.000	10.049	41.418
	Итого за Завтрак:	90.00р.		500	21.082	18.668	81.922	574.656
	Обед							
1	Закуска овощная с чесноком		198/1998	60	1.292	5.730	7.985	88.014
2	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне (со сметаной)		282/3/1998.	200 (196/4)	4.079	7.834	8.394	118.984
3	Птица(курица гр. б) запеченая		894/3/1998.	90	26.208	7.505	1.008	390.731
4	Макаронные изделия отварные с маслом*		940/2/1998.	150(146/4)	5.485	3.544	35.000	193.993
5	Хлеб пшеничный		ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
6	Сок фруктовый		ТПП	200	1.000	0.000	28.000	112.000
	Итого за Обед:	90.00р.		740	41.104	24.973	100.267	994.122
	Итого за день:	180.00р.		1240	62.186	43.641	182.189	1568.778
	Понедельник 20.01.25							
	Завтрак							
1	Яйцо вареное		575/3/1998.	40(1 шт.)	5.080	4.600	0.280	62.800
2	Каша молочная пшеничная с маслом (жидкая)		548/1/1998 г.	185(180/5)	6.999	7.177	36.531	239.466

3	Хлеб пшеничный		ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
4	Чай с сахаром		1203/3/1998г.	200(190/10)	0.200	0.000	10.049	41.418
5	Фрукт свежий: Яблоко		ТПП	140	0.560	0.000	15.820	64.400
	Итого за Завтрак:	90.00р.		595	15.119	12.047	77.59	475.884
	Обед							
1	Закуска овощная с чесноком		198/1998	60	1.292	5.730	7.985	88.014
2	Суп гороховый на курином бульоне		306/3/1998.	200	8.450	7.526	21.120	183.553
3	Рагу овощное с мясом птицы(филе курицы)*		887/3/1998.	200(160/40)	12.758	16.779	24.863	296.077
4	Хлеб пшеничный		ТПП	42	3.192	0.378	20.874	94.920
5	Компот вишневый с сахаром*		54-1хн-2020.	200(165/20/15)	0.160	0.000	17.230	69.650
	Итого за Обед:	90.00р.		702	25.852	30.413	92.072	732.214
	Итого за день:	180.00р.		1297	40.971	42.46	169.662	1208.098
	Вторник 21.01.25							
	Завтрак							
1	Сыр п/твердых сортов порционный		28/1998	13	3.484	3.549	0.000	46.930
2	Рыба тушеная в томате с овощами(филе минтая)**		640/3/1998.	90(45/45)	10.374	6.744	4.351	119.372
3	Картофельное пюре на свежем молоке с маслом		946/2/1998.	180(175/5)	3.834	4.466	30.868	172.170
4	Хлеб пшеничный		ТПП	45	3.420	0.405	22.365	101.700
5	Чай с брусникой и сахаром		54-13гн-2020	200(182/10/8)	0.200	0.000	8.053	33.438
	Итого за Завтрак:	90.00р.		528	21.312	15.164	65.637	473.61
	Обед							
1	Закуска овощная из белокочанной капусты		130/3/1998.	60	0.964	3.005	6.124	54.914
2	Свекольник на курином бульоне(со сметаной)		95/2018.	200(196/4)	4.447	7.845	15.757	148.813
3	Тефтели(биточки) "Натуральные"(в) тушеные в сметанном соусе с томатом		ТПП/1045/3/1998	110(90/20)	13.299	10.632	12.126	199.755
4	Макаронные изделия отварные с маслом*		940/2/1998.	150(146/4)	5.485	3.544	35.000	193.993
5	Хлеб пшеничный		ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
6	Сок фруктовый		ТПП	200	1.000	0.000	28.000	112.000
	Итого за Обед:	90.00р.		760	28.235	25.386	116.887	799.875
	Итого за день:	180.00р.		1288	49.547	40.55	182.524	1273.485
	Среда 22.01.25							
	Завтрак							
1	Запеканка творожно-морковная(п/ф)		ТТК	140	17.164	10.204	22.905	202.168
2	Соус клубничный*		1090/98.	25	0.048	0.000	10.436	42.560
3	Хлеб пшеничный		ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
4	Чай с вишней с сахаром		54-13гн-2020	200(178/12/10)	0.296	0.000	11.405	47.298
5	Йогуртный продукт фасованный		ТПП	110(1/110)	2.860	2.750	15.840	99.000
	Итого за Завтрак:	90.00р.		505	22.648	13.224	75.496	458.826
	Обед							
1	Маринад овощной с томатом*		1070/3/1998.	60	1.055	6.030	6.585	84.371
2	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне		307/3/1998.	200	4.870	5.000	18.780	136.716
3	Плов с курицей(филе курицы)*		893/2/1998.	200(160/40)	14.314	17.353	43.203	385.905
4	Хлеб пшеничный		ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
5	Кисель		1131/3/98.	200	0.096	0.000	31.460	121.020
	Итого за Обед:	90.00р.		700	23.375	28.743	119.908	818.412
	Итого за день:	180.00р.		1205	46.023	41.967	195.404	1277.238
	Четверг 23.01.25							
	Завтрак							
1	Каша гречневая с курицей по-купечески		ТТК	250(200/50)	18.802	18.197	29.454	356.152
2	Хлеб пшеничный		ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
3	Чай с сахаром		1203/3/1998г.	200(190/10)	0.200	0.000	10.049	41.418
	Итого за Завтрак:	90.00р.		500	22.802	18.647	64.353	510.57
	Обед							
1	Маринад овощной со свеклой*		1072/2/1998.	60	1.015	5.994	6.792	84.407
2	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне (со сметаной)		282/3/1998.	200 (196/4)	4.079	7.834	8.394	118.984
3	Котлета куриная(в) тушеная в томатном соусе*		ТПП/1029/3/1998	110(90/20)	13.606	12.181	12.609	214.478
4	Рис отварной с маслом		934/3/1998.	150(146/4)	3.711	3.426	38.946	201.465
5	Хлеб пшеничный		ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
6	Компот из персиков с/м		1113/3/98г.	200(165/20/15)	0.000	0.000	14.970	59.850

	Итого за Обед:	90.00р.		760	25.451	29.795	101.591	769.584
	Итого за день:	180.00р.		1260	48.253	48.442	165.944	1280.154
	Пятница 24.01.25							
	Завтрак							
1	Тефтели(биточки) "Натуральные"(в) тушеные в томатном соусе*		ТПП/1029/3/1998	110(90/20)	13.178	9.181	12.083	185.908
2	Макаронные изделия отварные с маслом		940/3/1998.	160(156/4)	5.858	3.589	37.394	205.472
3	Хлеб пшеничный		ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
4	Чай с черной смородиной с сахаром		54-13гн-20/20	200(178/12/10)	0.320	0.000	11.009	46.218
	Итого за Завтрак:	90.00р.		500	21.636	13.04	75.396	505.398
	Обед							
1	Икра кабачковая порционная		ТПП	60	1.200	5.400	5.160	73.200
2	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне (со сметаной)		262/1998.	205 (200/5)	4.197	8.170	11.402	134.437
3	Рыба тушеная в томате с овощами(филе минтая)**		640/3/1998.	90(45/45)	10.374	6.744	4.351	119.372
4	Картофельное пюре на свежем молоке с маслом		946/2/1998.	150(146/4)	3.212	3.602	25.895	143.115
5	Хлеб пшеничный		ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
6	Сок фруктовый		ТПП	200	1.000	0.000	28.000	112.000
	Итого за Обед:	90.00р.		760	24.163	24.411	102.143	706.424
	Итого за день:	180.00р.		1260	45.799	37.451	177.539	1211.822
	Понедельник 27.01.25							
	Завтрак							
1	Каша молочная рисовая с маслом (жидкая)		548/2/1998	200 (195/5)	5.459	6.684	37.330	232.069
2	Яйцо вареное		575/3/1998.	40(1 шт.)	5.080	4.600	0.280	62.800
3	Хлеб пшеничный		ТПП	35	2.660	0.315	17.395	79.100
4	Чай с сахаром		1203/3/1998г.	200(190/10)	0.200	0.000	10.049	41.418
5	Фрукт свежий: Яблоко		ТПП	140	0.560	0.000	15.820	64.400
	Итого за Завтрак:	90.00р.		615	13.959	11.599	80.874	479.787
	Обед							
1	Закуска овощная с чесноком		198/1998	60	1.292	5.730	7.985	88.014
2	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне (со сметаной)		262/1998.	205 (200/5)	4.197	8.170	11.402	134.437
3	Котлета куриная(в) тушеная в томатном соусе*		ТПП/1029/3/1998	110(90/20)	13.606	12.181	12.609	214.478
4	Гречка отварная с маслом		931/3/1998.	150(145/5)	8.476	5.834	38.295	239.262
5	Хлеб пшеничный		ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
6	Кисель		1131/3/98.	200	0.096	0.000	31.460	121.020
	Итого за Обед:	90.00р.		765	30.707	32.275	121.631	887.611
	Итого за день:	180.00р.		1380	44.666	43.874	202.505	1367.398
	Вторник 28.01.25							
	Завтрак							
1	Птица(курица гр. б) запеченая		894/3/1998.	90	26.208	7.505	1.008	390.731
2	Макаронные изделия отварные с маслом		940/3/1998.	175(171/4)	6.419	3.655	40.985	222.686
3	Хлеб пшеничный		ТПП	35	2.660	0.315	17.395	79.100
4	Чай с малиной с сахаром		54-13гн-20/20	200(178/12/10)	0.296	0.000	11.129	46.338
	Итого за Завтрак:	90.00р.		500	35.583	11.475	70.517	738.855
	Обед							
1	Маринад овощной с томатом*		1070/3/1998.	60	1.055	6.030	6.585	84.371
2	Суп гороховый на курином бульоне		306/3/1998.	200	8.450	7.526	21.120	183.553
3	Тефтели(биточки) "Натуральные"(в) тушеные в томатном соусе*		ТПП/1029/3/1998	110(90/20)	13.178	9.181	12.083	185.908
4	Рис отварной с маслом		934/3/1998.	150(146/4)	3.711	3.426	38.946	201.465
5	Хлеб пшеничный		ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
6	Сок фруктовый		ТПП	200	1.000	0.000	28.000	112.000
	Итого за Обед:	90.00р.		760	30.434	26.523	126.614	857.697
	Итого за день:	180.00р.		1260	66.017	37.998	197.131	1596.552
	Среда 29.01.25							
	Завтрак							
1	Печенье		ТПП	25	1.784	3.180	16.855	118.398
2	Каша молочная ячневая с маслом (жидкая)		548/2/1998г.	225(220/5)	8.258	6.966	45.984	279.481
3	Хлеб пшеничный		ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
4	Чай с вишней с сахаром		54-13гн-20/20	200(182/10/8)	0.280	0.000	9.183	33.338
	Итого за Завтрак:	90.00р.		500	14.122	10.596	96.872	549.217
	Обед							
1	Закуска овощная из белокачанной капусты		130/3/1998.	60	0.964	3.005	6.124	54.914

2	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне		307/3/1998.	225	5.479	5.625	21.128	153.805
3	Жаркое из курицы(филе птицы)		820/3/1998.	225(180/45)	14.334	19.249	25.468	326.557
4	Хлеб пшеничный		ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
5	Компот с малиной, манго и сахаром		54-1хн-2020	200(165/20/15)	0.080	0.000	15.870	63.950
	Итого за Обед:	90.00р.		750	23.897	28.239	88.47	689.626
	Итого за день:	180.00р.		1250	38.019	38.835	185.342	1238.843
	Четверг 30.01.25							
	Завтрак							
1	Котлета куриная(в) тушеная в томатном соусе*		ТПП/1029/3/1998	110(90/20)	13.606	12.181	12.609	214.478
2	Гречка отварная с маслом		931/3/1998.	150(146/4)	8.526	5.125	38.545	234.075
3	Хлеб пшеничный		ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
4	Чай с сахаром		1203/3/1998г.	200(190/10)	0.200	0.000	10.049	41.418
	Итого за Завтрак:	90.00р.		500	25.372	17.666	81.083	580.371
	Обед							
1	Икра кабачковая порционная		ТПП	60	1.200	5.400	5.160	73.200
2	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне (со сметаной)		262/1998.	250 (245/5)	5.110	9.783	13.931	162.367
3	Рыба тушеная в томате с овощами(филе минтая)**		640/3/1998.	90(45/45)	10.374	6.744	4.351	119.372
4	Картофельное пюре на свежем молоке с маслом		946/2/1998.	185(180/5)	3.834	4.463	30.899	172.256
5	Хлеб пшеничный		ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
6	Компот из клубники с сахаром		54-1хн-2020	200(165/20/15)	0.100	0.000	15.930	65.450
	Итого за Обед:	90.00р.		835	24.418	26.84	95.121	705.645
	Итого за день:	180.00р.		1335	49.79	44.506	176.204	1286.016
	Пятница 31.01.25							
	Завтрак							
1	Фрикасе из курицы		599/2022	100(50/50)	13.346	15.513	7.748	223.845
2	Рис отварной с маслом		934/3/1998.	150(147/3)	3.736	2.705	39.275	196.393
3	Хлеб пшеничный		ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
4	Чай с брусникой с сахаром		54-13гн-2020	200(178/12/10)	0.200	0.000	10.049	41.418
	Итого за Завтрак:	90.00р.		500	21.082	18.668	81.922	574.656
	Обед							
1	Закуска овощная с чесноком		198/1998	60	1.292	5.730	7.985	88.014
2	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне (со сметаной)		282/3/1998.	200 (196/4)	4.079	7.834	8.394	118.984
3	Птица(курица гр. б) запеченая		894/3/1998.	90	26.208	7.505	1.008	390.731
4	Макаронные изделия отварные с маслом*		940/2/1998.	150(146/4)	5.485	3.544	35.000	193.993
5	Хлеб пшеничный		ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
6	Сок фруктовый		ТПП	200	1.000	0.000	28.000	112.000
	Итого за Обед:	90.00р.		740	41.104	24.973	100.267	994.122
	Итого за день:	180.00р.		1240	62.186	43.641	182.189	1568.778

Примечание:

Директор _____

Зав. произв. _____

Калькулятор _____