

Утверждаю:  
Директор ООО "Ешька"

И.Н. Артющенко

Согласовано:

Директор МБОУ школа №

Примерное меню *обедов*

для учащихся из многодетных и малообеспеченных семей  
67 рублей

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность,
				граммы			
<b>Понедельник первой недели</b>							
451-2004	Биточки рублинные	60	38,3	5,93	8,08	14,40	177,60
127-2008	Каша пшеничная на молоке с маслом	200/5	19,2	5,25	6,90	25,05	180,00
146-2008	Чай с сахаром и лимоном	200/7/15	6	0,30	0,00	15,20	60,00
573-2013	Хлеб пшеничный	50	3,5	5,42	2,74	32,14	157,00
	<b>ИТОГО:</b>	<b>537</b>	<b>67,00</b>	<b>16,90</b>	<b>17,72</b>	<b>86,79</b>	<b>574,60</b>
<b>Вторник первой недели</b>							
489-2004	Рагу из курицы	200	60,50	10,50	9,80	16,98	203,00
146-2008	Чай с сахаром	200/15	3,00	0,30	0,00	15,20	58,00
573-2013	Хлеб пшеничный	50	3,50	5,42	2,74	32,14	157,00
	<b>ИТОГО:</b>	<b>465</b>	<b>67,00</b>	<b>16,22</b>	<b>12,54</b>	<b>64,32</b>	<b>418,00</b>
<b>Среда первой недели</b>							
462-2004	Тефтели с рисом с соусом	60/30	38,00	9,72	8,20	12,58	251,80
100-2008	Макароны отварные	200	14,50	2,60	9,07	17,60	220,50
153-2008	Компот из сухофруктов	200	11,00	0,60	0,00	11,40	84,00
573-2013	Хлеб пшеничный	50	3,50	5,42	2,74	32,14	157,00
	<b>ИТОГО:</b>	<b>540</b>	<b>67,00</b>	<b>18,34</b>	<b>20,01</b>	<b>73,72</b>	<b>713,30</b>
<b>Четверг первой недели</b>							
87-2008	Суфле рыбное	70	32,50	12,50	11,10	22,60	254,10
92-2008	Картофельное пюре	200	28,00	3,15	6,75	21,90	163,50
146-2008	Чай с сахаром	200/15	3,00	0,30	0,00	15,20	58,00
573-2013	Хлеб пшеничный	50	3,50	5,42	2,74	32,14	157,00
	<b>ИТОГО:</b>	<b>535</b>	<b>67,00</b>	<b>21,37</b>	<b>20,59</b>	<b>91,84</b>	<b>632,60</b>
<b>Пятница первой недели</b>							
492-2004	Плов из курицы	200	56,40	16,20	15,80	36,20	358,00
685-2004г	Чай с сахаром	200/15	3,00	0,20	0,00	15,00	58,00
573-2013	Хлеб пшеничный	50	3,50	5,42	2,74	32,14	157,00
71-2017	Помидоры или огурцы свежие	25	4,10	0,40	0,00	2,30	8,40
	<b>ИТОГО:</b>	<b>490</b>	<b>67,00</b>	<b>22,22</b>	<b>18,54</b>	<b>85,64</b>	<b>581,40</b>
<b>Суббота первой недели</b>							
106-2008	Запеканка творожная с повидлом	100/10	52,00	14,65	14,3	20,25	366,00
146-2008	Чай с сахаром	200/15	3,00	0,30	0,00	15,20	60,00
573-2013	Хлеб пшеничный	50	3,50	5,42	2,74	32,14	157,00
421-2017	Булочка Веснушка	75	8,50	0,52	0,52	12,74	61,10
	<b>ИТОГО:</b>	<b>450</b>	<b>67,00</b>	<b>20,89</b>	<b>17,56</b>	<b>80,33</b>	<b>644,10</b>
	<b>Всего за 6 дней</b>	<b>502,83</b>		<b>19,32</b>	<b>17,83</b>	<b>80,44</b>	<b>594,00</b>

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетич ценность,
				граммы			
<b>Понедельник второй недели</b>							
413-2004	Сосиски Детские	80	43,5	7,80	15,20	18,00	264,00
128-2008	Каша пшеничная на молоке с маслом	155	17	4,10	4,75	14,90	151,50
146-2008	Чай с сахаром	200/15	3,00	0,20	0,00	15,20	60,00
573-2013	Хлеб пшеничный(или булочка школьная)	50	3,5	5,42	2,74	32,14	157,00
	<b>ИТОГО:</b>	<b>500</b>	<b>67,00</b>	<b>17,52</b>	<b>22,69</b>	<b>80,24</b>	<b>632,50</b>
<b>Вторник второй недели</b>							
71-2017	Помидоры или огурцы свежие	35	9,1	0,40	0,00	2,30	8,40
412-2013	Фрикадельки Петушок	60/30	32,4	8,37	13,10	24,40	222,60
97-2008	Макароны отварные	150	11,00	6,93	5,57	37,63	228,00
153-2008	Компот из сухофруктов	200	11	0,60	0,00	11,40	84,00
573-2013	Хлеб пшеничный	50	3,5	5,42	2,74	32,14	157,00
	<b>ИТОГО:</b>	<b>525</b>	<b>67,00</b>	<b>21,72</b>	<b>21,41</b>	<b>107,87</b>	<b>700,00</b>
<b>Среда второй недели</b>							
394-2004	Котлеты или биточки рыбные с соусом	55	18,5	9,95	7,95	11,70	160,00
92-2008	Картофельное пюре	150	21	3,15	6,75	21,90	163,50
146-2008г	Сок фруктовый	200	24	0,00	0,00	15,00	90,00
573-2013	Хлеб пшеничный	50	3,5	5,42	2,74	32,14	157,00
	<b>ИТОГО:</b>	<b>455</b>	<b>67,00</b>	<b>18,52</b>	<b>17,44</b>	<b>80,74</b>	<b>570,50</b>
<b>Четверг второй недели</b>							
451-2004	Биточки рубленые с соусом	60/30	40,5	5,93	8,08	14,40	204,90
94-2008	Каша гречневая гарнирная	150	12	4,50	4,75	22,35	171,00
685-2004г	Чай с сахаром	200/15	3	0,20	0,00	15,00	58,00
573-2013	Хлеб пшеничный	50	3,5	5,42	2,74	32,14	157,00
71-2017	Помидоры или огурцы свежие	30	8	0,40	0,00	2,30	8,40
	<b>ИТОГО:</b>	<b>535</b>	<b>67,00</b>	<b>16,45</b>	<b>15,57</b>	<b>86,19</b>	<b>599,30</b>
<b>Пятница второй недели</b>							
63-2008	Гуляш из курицы	50/50	44,00	15,04	13,68	5,52	207,20
94-2008	Рис припущенный	150	15,30	3,45	5,55	35,10	225,00
685-2004г	Чай с сахаром	200/15	3	0,20	0,00	15,00	58,00
573-2013	Хлеб пшеничный	50	3,5	5,42	2,74	32,14	157,00
	<b>ИТОГО:</b>	<b>515</b>	<b>65,80</b>	<b>24,11</b>	<b>21,97</b>	<b>87,76</b>	<b>647,20</b>
<b>Суббота второй недели</b>							
106-2008	Запеканка творожная с повидлом	100/9	52,00	14,65	14,3	20,25	366,00
146-2008	Чай с сахаром	200/15	3,00	0,30	0,00	15,20	60,00
573-2013	Хлеб пшеничный	50	3,5	5,42	2,74	32,14	157,00
421-2017	Булочка Веснушка	75	8,50	0,52	0,52	12,74	61,10
	<b>ИТОГО:</b>	<b>449</b>	<b>67,00</b>	<b>20,89</b>	<b>17,56</b>	<b>80,33</b>	<b>644,10</b>
	<b>Всего за 6 дней</b>	<b>496,50</b>		<b>19,87</b>	<b>19,44</b>	<b>87,19</b>	<b>632,27</b>
	<b>Всего за 12 дней</b>	<b>499,67</b>		<b>20,11</b>	<b>18,63</b>	<b>83,81</b>	<b>613,13</b>

Зав.производством

