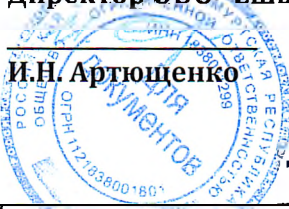


Утверждаю:
Директор ООО "Ешька"

И.Н. Артющенко



Согласовано:
Директор МБОУ школа №



Примерное меню завтраков
для учащихся с 5 по 11 класс завтраки
75 рублей

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность,
				граммы			
Понедельник первой недели							
570-2013	Сдоба обыкновенная	70	7,50	5,10	2,80	35,30	187,00
451-2004	Биточки рубленые	60	38,30	5,93	8,08	14,40	177,60
127-2008	Каша пшеничная на молоке с маслом	200/5	19,70	5,25	6,90	25,05	180,00
146-2008	Чай с сахаром лимоном	200/7/15	6,00	0,30	0,00	15,20	60,00
573-2013	Хлеб пшеничный	50	3,50	5,42	2,74	32,14	157,00
	ИТОГО:	607	75,00	22,00	20,52	122,09	761,60
Вторник первой недели							
543-2021	Булочка Дорожная	50	8,90	4,30	8,00	28,80	205,00
489-2004	Рагу из курицы	200	59,60	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
	ИТОГО:	515	75,00	20,52	20,54	93,12	623,00
Среда первой недели							
550-2021	Манник	75	11,50	4,00	2,6	30,1	152,00
462-2004	Тефтели с рисом с соусом	60/30	38,00	9,72	8,20	12,58	251,80
100-2008	Макаронные изделия отварные	150	11,00	2,60	3,07	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
	ИТОГО:	565	75,00	22,34	16,61	103,82	865,30
Четверг первой недели							
39-2008	Плюшка Московская	80	15,00	4,30	8,00	28,80	205,00
87-2008	Суфле рыбное	70	32,50	12,50	11,10	22,60	254,10
92-2008	Картофельное пюре	150	21,00	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
	ИТОГО:	565	75,00	25,67	28,59	120,64	837,60
Пятница первой недели							
550-2021	Манник	75	12,10	4,00	2,6	30,1	152,00
492-2004	Плов из курицы	200	56,40	7,35	11,85	27,20	268,50
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
	ИТОГО:	540	75,00	17,07	17,19	104,64	635,50
Суббота первой недели							
570-2013	Фрукты	150	15,50	0,52	0,52	12,74	61,10
106-2008	Запеканка творожная с повидлом	100/10	53,00	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
	ИТОГО:	525	75,00	20,89	17,56	80,33	644,10
	Всего за 6 дней	552,83		21,42	20,17	104,11	727,85

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетич ценность,
				граммы			
Понедельник второй недели							
48-2008	Суп крестьянский с пшеном	200	14,00	2,08	4,24	11,44	92,80
413-2004	Сосиски Детские	80	43,5	7,80	15,20	18,00	264,00
128-2008	Каша рисовая вязкая гарнирная	150	11,00	4,10	4,75	14,90	151,50
146-2008	Чай с сахаром	200/15	3,00	0,30	0,00	15,20	60,00
573-2013	Хлеб пшеничный(или булочка школьная)	50	3,50	5,42	2,74	32,14	157,00
	ИТОГО:	695	75,00	19,70	26,93	91,68	725,30
Вторник второй недели							
2-2008 г	Салат из св.помидоров	60	13,50	0,99	4,50	4,23	56,61
412-2013	Фрикадельки Петушок	60/30	32,40	8,37	13,10	24,40	222,60
97-2008	Макаронны отварные	200	14,60	6,93	5,57	37,63	228,00
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
	ИТОГО:	600	75,00	22,31	25,91	109,80	748,21
Среда второй недели							
39-2008	Борщ из св.капусты с картофелем	200	15,00	1,60	4,16	10,48	84,80
394-2004	Котлеты или биточки рыбные с соусом	70/30	25,50	9,95	7,95	11,70	160,00
92-2008	Картофельное пюре	200	28,00	3,15	6,75	21,90	163,50
685-2004	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
	ИТОГО:	765	75,00	20,32	21,60	91,22	623,30
Четверг второй недели							
14-2008	Салат из свежих овощей	60	11,00	2,82	4,54	6,60	113,70
451-2004	Биточки рубленные с соусом	60/30	40,50	5,93	8,08	14,40	204,90
94-2008	Каша гречневая гарнирная	200	17,00	4,50	4,75	22,35	171,00
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
	ИТОГО:	615	75,00	18,87	20,11	90,49	704,60
Пятница второй недели							
46-2008	Суп картофельный с макаронными	200	11,00	2,32	2,00	16,80	96,00
63-2008	Гуляш из курицы	50/50	44,00	15,04	13,68	5,52	207,20
94-2008	Рис припущенный	170	17,00	3,45	5,55	35,10	225,00
685-2004г	Чай с сахаром	200/15	3,00	0,20	0,00	15,00	58,00
	ИТОГО:	685	75,00	21,01	21,23	72,42	586,20
Суббота второй недели							
421-2017	Булочка Веснушка	100	12,50	0,52	0,52	12,74	61,10
106-2008	Залеканка творожная с повидлом	100/10	53,00	14,65	14,3	20,25	366,00
146-2008	Чай с сахаром	200/15	6,00	0,30	0,00	15,20	60,00
573-2013	Хлеб пшеничный	50	3,5	5,42	2,74	32,14	157,00
	ИТОГО:	475	75,00	20,89	17,56	80,33	644,10
	Всего за 6 дней	639,17		20,52	22,22	89,32	671,95
	Всего за 12 дней	622,67		20,20	21,02	88,56	671,55

Зав.производством

