



Меню завтраков для учащихся 5-11 классов. Для БОУ

2 вариант

на период 03.02.25 - 28.02.25

Тип меню: П/Ф М

	9644	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Понедельник 03.02.25								
Завтрак								
1	Сыр п/твердых сортов порционный		54-1з-2020	10	2.680	2.730	0.000	36.100
2	Сосиски отварные(вес) с маслом		715/1998.	105(100/5)	0.853	5.517	0.260	55.605
3	Макаронные изделия отварные с маслом*		940/2/1998.	150(147/3)	5.514	2.824	35.227	188.533
4	Хлеб пшеничный		ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
5	Чай с лимоном, с сахаром		54/3пн/2020	200(186/7/7)	0.263	0.000	7.265	31.828
6	Пряник в индивидуальной.упаковке		ТПП	30(1 шт.)	1.881	1.485	24.651	118.470
Итого за Завтрак:		100.00 р.		550	15.371	13.051	94.738	554.836
Итого за день:		100.00 р.		550	15.371	13.051	94.738	554.836
Вторник 04.02.25								
Завтрак								
1	Плов с курицей(филе курицы)*		893/2/1998.	250(200/50)	17.893	21.692	54.004	482.381
2	Хлеб пшеничный		ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
3	Чай с сахаром		54-2пн-2020	200(193/7)	0.200	0.000	7.055	29.448
4	Корж молочный в индивидуальной упаковке		ТПП	45(1/45)	3.450	6.150	32.600	229.000
Итого за Завтрак:		100.00 р.		550	25.723	28.337	120.994	865.129
Итого за день:		100.00 р.		550	25.723	28.337	120.994	865.129
Среда 05.02.25								
Завтрак								
1	Запеканка творожная(п/ф)		ТТК	145	26.792	9.659	21.644	285.278
2	Соус клубничный*		1090/98.	20	0.038	0.000	8.349	34.048
3	Хлеб пшеничный		ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
4	Чай с черникой с сахаром		54-13пн-2020	200(178/12/10)	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:		100.00 р.		555	31.39	10.109	80.712	538.144
Итого за день:		100.00 р.		555	31.39	10.109	80.712	538.144
Четверг 06.02.25								
Завтрак								
1	Сыр п/твердых сортов порционный		54-1з-2020	10	2.680	2.730	0.000	36.100
2	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
3	Гречка отварная с маслом		931/3/1998.	150(147/3)	8.576	4.415	38.796	228.888
4	Хлеб пшеничный		ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
5	Чай с малиной с сахаром		54-13пн-2020	200(178/12/10)	0.296	0.000	11.129	46.338
6	Пряник в индивидуальной.упаковке		ТПП	30(1 шт.)	1.881	1.485	24.651	118.470
Итого за Завтрак:		100.00 р.		550	30.532	19.712	111.552	742.551
Итого за день:		100.00 р.		550	30.532	19.712	111.552	742.551
Пятница 07.02.25								
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	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 сахаром		54-2пн-2020	200(193/7)	0.200	0.000	7.055	29.448
5	Печенье шоколадное в индивидуальной упаковке		ТПП	40(1/40)	2.170	9.415	19.880	173.600
Итого за Завтрак:		100.00 р.		550	23.512	24.751	103.669	726.919
Итого за день:		100.00 р.		550	23.512	24.751	103.669	726.919
Понедельник 10.02.25								
Завтрак								
1	Сыр п/твердых сортов порционный		54-1з-2020	10	2.680	2.730	0.000	36.100
2	Сосиски отварные(вес) с маслом		715/1998.	105(100/5)	0.853	5.517	0.260	55.605
3	Макаронные изделия отварные с маслом*		940/2/1998.	150(147/3)	5.514	2.824	35.227	188.533
4	Хлеб пшеничный		ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
5	Чай с лимоном, с сахаром		54/3пн/2020	200(186/7/7)	0.263	0.000	7.265	31.828
6	Пряник в индивидуальной.упаковке		ТПП	30(1 шт.)	1.881	1.485	24.651	118.470
Итого за Завтрак:		100.00 р.		550	15.371	13.051	94.738	554.836
Итого за день:		100.00 р.		550	15.371	13.051	94.738	554.836
Вторник 11.02.25								

	Завтрак						
1	Котлета куриная(в) тушеная в томатном соусе*	ТПП/1029/3/1998	120(90/30)	13.724	12.389	13.384	219.906
2	Гречка отварная с маслом	931/3/1998.	180(177/3)	10.328	4.874	46.732	271.694
3	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
4	Чай с сахаром	54-2пн-2020	200(193/7)	0.200	0.000	7.055	29.448
	Итого за Завтрак:	100.00 р.	550	28.052	17.713	92.021	634.048
	Итого за день:	100.00 р.	550	28.052	17.713	92.021	634.048
	Среда 12.02.25						
	Завтрак						
1	Плов с курицей(филе курицы)*	893/2/1998.	250(205/45)	16.782	20.658	55.294	473.805
2	Хлеб пшеничный	ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
3	Чай с вишней с сахаром	54-13пн-2020	200(178/12/10)	0.296	0.000	11.405	47.298
4	Корж молочный в индивидуальной упаковке	ТПП	45(1/45)	3.450	6.150	32.600	229.000
	Итого за Завтрак:	100.00 р.	550	24.708	27.303	126.634	874.403
	Итого за день:	100.00 р.	550	24.708	27.303	126.634	874.403
	Четверг 13.02.25						
	Завтрак						
1	Тефтели(биточки) "Натуральные"(в) тушеные в томатном соусе*	ТПП/1029/3/1998	140(90/50)	13.445	10.202	13.618	202.264
2	Картофель отварной, с маслом	423/3/1998.	175(172/3)	3.579	2.353	35.052	167.348
3	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
4	Чай с лимоном, с сахаром	54/3пн/2020	200(186/7/7)	0.263	0.000	7.265	31.828
	Итого за Завтрак:	100.00 р.	575	21.847	13.095	85.755	537.04
	Итого за день:	100.00 р.	575	21.847	13.095	85.755	537.04
	Пятница 14.02.25						
	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	Макаронные изделия отварные с маслом*	940/2/1998.	150(147/3)	5.514	2.824	35.227	188.533
3	Хлеб пшеничный	ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
4	Чай с сахаром	54-2пн-2020	200(193/7)	0.200	0.000	7.055	29.448
5	Печенье апельсиновое в индивидуальной упаковке	ТПП	35(1/35)	2.170	9.415	19.880	173.600
	Итого за Завтрак:	100.00 р.	550	25.67	24.915	102.106	730.359
	Итого за день:	100.00 р.	550	25.67	24.915	102.106	730.359
	Понедельник 17.02.25						
	Завтрак						
1	Сыр п/твердых сортов порционный	54-1з-2020	10	2.680	2.730	0.000	36.100
2	Сосиски отварные(вес) с маслом	715/1998.	105(100/5)	0.853	5.517	0.260	55.605
3	Макаронные изделия отварные с маслом*	940/2/1998.	150(147/3)	5.514	2.824	35.227	188.533
4	Хлеб пшеничный	ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
5	Чай с лимоном, с сахаром	54/3пн/2020	200(186/7/7)	0.263	0.000	7.265	31.828
6	Пряник в индивидуальной.упаковке	ТПП	30(1 шт.)	1.881	1.485	24.651	118.470
	Итого за Завтрак:	100.00 р.	550	15.371	13.051	94.738	554.836
	Итого за день:	100.00 р.	550	15.371	13.051	94.738	554.836
	Вторник 18.02.25						
	Завтрак						
1	Плов с курицей(филе курицы)*	893/2/1998.	250(200/50)	17.893	21.692	54.004	482.381
2	Хлеб пшеничный	ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
3	Чай с сахаром	54-2пн-2020	200(193/7)	0.200	0.000	7.055	29.448
4	Корж молочный в индивидуальной упаковке	ТПП	45(1/45)	3.450	6.150	32.600	229.000
	Итого за Завтрак:	100.00 р.	550	25.723	28.337	120.994	865.129
	Итого за день:	100.00 р.	550	25.723	28.337	120.994	865.129
	Среда 19.02.25						
	Завтрак						
1	Запеканка творожная(п/ф)	ТТК	145	26.792	9.659	21.644	285.278
2	Соус клубничный*	1090/98.	20	0.038	0.000	8.349	34.048
3	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
4	Чай с черникой с сахаром	54-13пн-2020	200(178/12/10)	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:	100.00 р.	555	31.39	10.109	80.712	538.144
	Итого за день:	100.00 р.	555	31.39	10.109	80.712	538.144
	Четверг 20.02.25						
	Завтрак						
1	Сыр п/твердых сортов порционный	54-1з-2020	10	2.680	2.730	0.000	36.100
2	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
3	Гречка отварная с маслом	931/3/1998.	150(147/3)	8.576	4.415	38.796	228.888
4	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
5	Чай с малиной с сахаром	54-13пн-2020	200(178/12/10)	0.296	0.000	11.129	46.338
6	Пряник в индивидуальной.упаковке	ТПП	30(1 шт.)	1.881	1.485	24.651	118.470
	Итого за Завтрак:	100.00 р.	550	30.532	19.712	111.552	742.551
	Итого за день:	100.00 р.	550	30.532	19.712	111.552	742.551
	Пятница 21.02.25						

Завтрак							
1	Котлета куриная(в) тушеная в томатном соусе*	ТПП/1029/3/1998	110(90/20)	13.808	12.181	12.609	214.478
2	Рис отварной с маслом	934/3/1998.	150(147/3)	3.738	2.705	39.275	196.393
3	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
4	Чай с сахаром	54-2пн-2020	200(193/7)	0.200	0.000	7.055	29.448
5	Печенье шоколадное в индивидуальной упаковке	ТПП	40(1/40)	2.170	9.415	19.880	173.600
Итого за Завтрак:		100.00 р.	550	23.512	24.751	103.669	726.919
Итого за день:		100.00 р.	550	23.512	24.751	103.669	726.919
Понедельник 24.02.25							
Завтрак							
1	Сыр п/твердых сортов порционный	54-1а-2020	10	2.680	2.730	0.000	36.100
2	Сосиски отварные(вес) с маслом	715/1998.	105(100/5)	0.853	5.517	0.280	55.805
3	Макаронные изделия отварные с маслом*	940/2/1998.	150(147/3)	5.514	2.824	35.227	188.533
4	Хлеб пшеничный	ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
5	Чай с лимоном, с сахаром	54/3пн/2020	200(186/7/7)	0.263	0.000	7.285	31.828
6	Пряник в индивидуальной упаковке	ТПП	30(1 шт.)	1.881	1.485	24.851	118.470
Итого за Завтрак:		100.00 р.	550	15.371	13.051	94.738	554.836
Итого за день:		100.00 р.	550	15.371	13.051	94.738	554.836
Вторник 25.02.25							
Завтрак							
1	Котлета куриная(в) тушеная в томатном соусе*	ТПП/1029/3/1998	120(90/30)	13.724	12.389	13.384	219.906
2	Гречка отварная с маслом	931/3/1998.	180(177/3)	10.328	4.874	46.732	271.694
3	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
4	Чай с сахаром	54-2пн-2020	200(193/7)	0.200	0.000	7.055	29.448
Итого за Завтрак:		100.00 р.	550	28.052	17.713	92.021	634.048
Итого за день:		100.00 р.	550	28.052	17.713	92.021	634.048
Среда 26.02.25							
Завтрак							
1	Плов с курицей(филе курицы)*	893/2/1998.	250(205/45)	16.782	20.658	55.294	473.805
2	Хлеб пшеничный	ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
3	Чай с вишней с сахаром	54-13пн-2020	200(178/12/10)	0.296	0.000	11.405	47.298
4	Корж молочный в индивидуальной упаковке	ТПП	45(1/45)	3.450	6.150	32.600	229.000
Итого за Завтрак:		100.00 р.	550	24.708	27.303	126.634	874.403
Итого за день:		100.00 р.	550	24.708	27.303	126.634	874.403
Четверг 27.02.25							
Завтрак							
1	Тефтели(биточки) "Натуральные"(в) тушеные в томатном соусе*	ТПП/1029/3/1998	140(90/50)	13.445	10.202	13.618	202.264
2	Картофель отварной, с маслом	423/3/1998.	175(172/3)	3.579	2.353	35.052	167.348
3	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
4	Чай с лимоном, с сахаром	54/3пн/2020	200(186/7/7)	0.263	0.000	7.265	31.828
Итого за Завтрак:		100.00 р.	575	21.847	13.095	85.755	537.04
Итого за день:		100.00 р.	575	21.847	13.095	85.755	537.04
Пятница 28.02.25							
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	Макаронные изделия отварные с маслом*	940/2/1998.	150(147/3)	5.514	2.824	35.227	188.533
3	Хлеб пшеничный	ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
4	Чай с сахаром	54-2пн-2020	200(193/7)	0.200	0.000	7.055	29.448
5	Печенье апельсиновое в индивидуальной упаковке	ТПП	35(1/35)	2.170	9.415	19.880	173.600
Итого за Завтрак:		100.00 р.	550	25.67	24.915	102.106	730.359
Итого за день:		100.00 р.	550	25.67	24.915	102.106	730.359
ИТОГО ЗА Завтрак:		2000.00 р.	11060	484.352	384.074	2025.838	13516.53
ИТОГО ЗА ПЕРИОД:		2000.00 р.	11060	484.352	384.074	2025.838	13516.53
СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД:		100.00 р.	553	24.22	19.2	101.29	675.83
СООТНОШЕНИЕ:				1	0.793	4.182	

Примечание:

Директор _____

Зав. произв. _____

Калькулятор _____