

Согласовано:

Директор
МБОУ СОШ № 51
г. Киреевск


И.И. Муцакова И.О.
" 31 " 10 2022г.

Утверждаю:

начальник КПП

МКУ "КП и СП"

Кораблин М.Л.

" 31 " 10 2022г.

МЕНЮ
для организованного питания
учащихся мобилизованных
граждан
1 смена

для учащихся мобилизованных граждан 1 смена 81-50

1 неделя													
Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	микроэлементы				витамины		№ рецептуры	
		белки	жиры	углеводы		Na	K	Ca	Fe	B	C		
понедельник													
Завтрак													
котлета рубленая из птицы	100	22,0	16,0	18,0	230,0	716,0	748,0	42,0	0,0	0,0	0,0	498/4	
рожки отварные	180	4,0	7,0	46,0	274,0	1210,0	66,0	13,0	1,0	0,0	0,0	273/96	
компот из кураги	200	1,0	0,0	31,0	123,0	4,0	36,0	32,0	1,0	0,0	1,0	702/97	
батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	35,02 ттк	
итого	555	33,0	25,0	135,0	833,0	2164,0	924,0	100,0	3,0	0,0	1,0		
вторник													
Завтрак													
зразы ленивые	100	10,00	16,00	17,00	252,00	661,00	129,00	45,00	1,00	0,00	4,00	422/96	
рис отварной	180	16,0	7,0	37,0	267,0	392,00	528,00	78,00	4,00	0,00	0,00	465/96	
напиток яблочный	200	2,00	0,00	27,00	111,00	7,0	70,0	4,0	1,0	0,0	4,0	190ттк	
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299	
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35,01ттк	
итого	555	35,00	26,00	123,00	853,00	1510,0	892,0	151,0	8,0	0,0	8,0		
среда													
Завтрак													
котлета из рыбы	100	16,0	10,0	20,0	221,0	664,0	74,0	42,0	0,0	0,0	0,0	324/96	
пюре картофельное по-домашнему	180	4,0	7,0	23,0	180,0	809,0	1023,0	32,0	1,0	0,0	36,0	226,03ттк	
напиток из смеси сухофруктов	200	3,0	0,0	26,0	171,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	588/96	
батон оздоровительный	75	5,0	2,0	36,0	182,0	350,0	70,0	13,0	1,0	0,0	0,0	882,06	
итого	555	28,0	19,0	105,0	754,0	1823,0	1168,0	87,0	2,0	0,0	36,0		
четверг													
Завтрак													
котлета рябушка	100	22,00	10,00	18,00	262,00	733,00	88,00	46,00	1,00	0,00	1,00	526,06	
каша гречневая рассыпчатая	180	7,00	12,00	34,00	266,00	700,00	204,00	20,00	4,00	0,00	0,00	465/96	
напиток из плодов шиповника	200	0,0	0,0	20,0	96,0	0,00	27,00	1,00	0,00	0,00	0,00	773/ттк	
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299	
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35,01ттк	
итого	555	36,00	25,00	114,00	847,00	1883,0	484,0	91,0	7,0	0,0	1,0		
пятница													
Завтрак													
котлета домашняя	100	14,00	19,00	12,00	247,00	695,0	254,0	16,0	2,0	0,0	0,0	476/97	
рагу из овощей	180	3,00	7,00	19,00	158,00	875,00	332,00	58,00	2,00	0,00	3,00	215/96	
напиток лимонный	200	0,0	0,0	24,0	96,0	2,0	27,0	7,0	0,0	0,0	6,0	312,01ттк	
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299	
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35,01ттк	
итого	555	24,0	29,0	97,0	724,0	2022,0	778,0	105,0	6,0	0,0	9,0		
суббота													
Завтрак													
биточек рубленый из говядины	100	17,0	16,0	18,0	280,0	664,0	72,0	642,0	0,0	0,0	3,0	451/4	
пюре гороховое по-домашнему	180	9,0	4,0	20,0	156,0	785,0	293,0	43,0	3,0	0,0	0,0	284,01 ттк	
Компот из изюма	200	0,0	0,0	28,0	109,0	24,0	32,0	16,0	1,0	0,0	0,0	702/97	
батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	35,02 ттк	
итого	555	32,0	22,0	106,0	751,0	1707,0	471,0	714,0	5,0	0,0	3,0		
итого за 6 дней					4762,0								
среднее значение за период					793,7								

мб от м 2022

Прием пищи,наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетиче- ская ценность	микроэлементы				витамины		№ рецептуры	
		белки	жиры	углеводы		Na	K	Ca	Fe	B	C		
2 неделя													
понедельник													
Завтрак	100	10,0	31,0	18,0	242,0	664,0	72,0	40,0	1,0	0,0	0,0	416/96	
биточек рубленый из свинины	180	16,00	7,00	37,00	267,00	392,0	528,0	78,0	4,0	0,0	0,0	465/96	
рис отварной	200	0,0	0,0	26,0	100,0	3,00	44,00	8,00	0,00	0,00	13,00	312	
напиток апельсиновый	75	6,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	35.02 ттк	
батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	35.02 ттк	
итого	555	32,0	40,0	121,0	815,0	1293,0	718,0	139,0	6,0	0,0	13,0		
вторник													
Завтрак	100	17,00	20,00	9,00	281,00	582,00	151,00	16,00	1,00	0,00	5,00	417/96	
котлета по-хлыновски	180	7,0	12,0	34,0	266,0	700,0	204,0	20,0	4,0	0,0	0,0	297/4	
каша гречневая рассыпчатая	200	0,0	0,0	24,0	96,0	2,0	27,0	7,0	0,0	0,0	6,0	312.01ттк	
напиток лимонный	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299	
хлеб ржаной	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35.01ттк	
батон	555	31,0	35,00	109,0	866,0	1734,0	547,0	67,0	7,0	0,0	11,0		
среда													
Завтрак	100	16,0	13,0	16,0	221,0	664,0	74,0	42,0	1,0	0,0	0,0	324/96	
шницель из рыбы	180	4,0	6,0	29,0	191,0	809,0	1023,0	32,0	1,0	0,0	36,0	226.03ттк	
пюре картофельное по-домашнему	200	3,0	0,0	26,0	171,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	588/96	
напиток из смеси сухофруктов	75	5,0	2,0	36,0	182,0	350,0	70,0	13,0	1,0	0,0	0,0	882.06	
батон оздоровительный	75	5,0	2,0	36,0	182,0	350,0	70,0	13,0	1,0	0,0	0,0	882.06	
итого	555	28,0	21,0	107,0	765,0	1823,0	1168,0	87,0	3,0	0,0	36,0		
четверг													
Завтрак	100	19,0	10,0	18,0	234,0	788,0	311,0	54,0	2,0	0,0	0,0	498/4	
биточек рубленый из птицы	180	4,0	7,0	46,0	274,0	1210,0	66,0	13,0	1,0	0,0	0,0	273/96	
рожки отварные	200	1,0	0,0	31,0	123,0	4,0	36,0	32,0	1,0	0,0	1,0	702/97	
компот из кураги	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299	
хлеб ржаной	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35.01ттк	
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35.01ттк	
итого	555	31,0	20,0	137,0	854,0	2452,0	578,0	123,0	6,0	0,0	1,0		
пятница													
Завтрак	100	14,00	19,00	12,00	247,00	695,0	254,0	16,0	2,0	0,0	0,0	476/97	
котлета домашняя	180	9,00	4,00	20,00	156,00	785,0	293,0	43,0	3,0	0,0	0,0	284.01 ттк	
пюре гороховое по-домашнему	200	0,0	0,0	20,0	96,0	0,0	27,0	7,0	0,0	0,0	0,0	773/ттк	
напиток из плодов шиповника	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299	
хлеб ржаной	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35.01ттк	
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35.01ттк	
итого	555	30,0	26,0	94,0	722,0	1930,0	739,0	90,0	7,0	0,0	0,0		
суббота													
Завтрак	100	17,0	16,0	18,0	280,0	664,0	72,0	642,0	0,0	0,0	3,0	451/4	
биточек рубленый из говядины	180	7,0	12,0	34,0	266,0	700,0	204,0	20,0	4,0	0,0	0,0	297/4	
каша гречневая рассыпчатая	200	2,0	0,0	27,0	111,0	26,0	98,0	65,0	1,0	0,0	1,0	190ттк	
напиток яблочный	75	6,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	35.02 ттк	
батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	35.02 ттк	
итого	555	32,0	30,0	119,0	863,0	1624,0	448,0	740,0	6,0		4,0		
итого за 6 дней					4885,0								
среднее значение за период					814,2								

Примечание:

Для приготовления блюд используются:

- соль йодированная
- рекицен "РД"

При составлении меню использована нормативная документация: сборники рецептов 1996г, 1997г, 2004г, ТТК.

В примерном меню допускается замена продуктов, блюд и кулинарных изделий на другие при условии их соответствия по пищевой ценности и в соответствии с таблицей замены пищевых продуктов.

главный технолог

Исупова Л.И.

Исупова Л.И.