

"Согласовано" _____ директор СОШ № _____

"Утверждаю" _____ Генеральный директор ООО "КШП" _____
Л.Б. Кайдашова

Примерное меню по ООО "Комбинат школьного питания"
для питания учащихся в общеобразовательных школах Гай
осенне-зимний период



Дата	Школ.завтрак 80,00+12,60 (с 12-и лет) Гай	Выход	Бел	Жир	Угл	Кал	№ рецептуры
1 неделя 1 день	Каша молочная "дружба" с маслом сливочным	255	8,47	5,68	47,81	288,61	Лапшина 302
	Горячий бутерброд с сыром и маслом сливочным	45	4,82	5,77	16,12	132,96	Лапшина 10
	Яйцо вареное вкрутую	45	5,4	4,60	0,3	63,6	Тутельян 213
	Чай с замороженными ягодами и сахаром	200	0,22	0,05	15,19	62,0	54-6гн-2020
	Кондитерские изделия	30	1,35	4,8	19,5	126	пром произ-во
	ИТОГО	575	20,26	22,28	97,92	673,21	
1 неделя 2 день	Запеканка из творога со сгущенным молоком	90	16,06	7,79	20,57	216,83	Тутельян 237
	Макароны отварные с сыром и маслом	180	9,99	7,70	34,4	247,15	54-3г-2020
	Чай с лимоном	205	0,23	0,05	10,18	42,08	Лапшина 685
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,4	пром произ-во
	Фрукты мытые поштучно	100	0,40	0,40	9,80	44,40	Тутельян 368
	ИТОГО	595	28,20	16,12	84,63	596,86	
1 неделя 3 день	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	255	8,57	6,49	42,3	261,8	Лапшина 302
	Блинчики (поштучно) с начинкой	64	2,25	3,84	15,69	108,22	пром произ-во
	Напиток шоколадный	200	2,97	2,37	15,54	95,69	Лапшина 693
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,52	69,6	пром произ-во
	Фрукты мытые поштучно	100	0,40	0,40	9,80	44,40	Тутельян 368
	ИТОГО	649	16,47	13,37	97,85	579,71	
1 неделя 4 день	Огурец порционный	70	0,49	0,00	1,26	7,00	Тутельян 368
	Котлеты рубленые из бройлеров-цыплят	70	10,95	11,19	9,95	183,4	Лапшина 499
	Сложный гарнир (капуста и картофель)	150	3,24	4,62	17,06	122,30	Лапшина 553
	Чай с сахаром	200	0,09	0,02	12,01	48,61	Марчука 630
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,52	69,6	пром произ-во
	Кондитерские изделия	30	1,35	4,8	19,5	126	пром произ-во
	ИТОГО	550	18,40	20,90	74,30	556,91	
1 неделя 5 день	Котлеты, биточки, шницеля	70	9,75	13,12	10,72	209,11	Лапшина 451
	Макароны отварные	180	8,15	4,69	39,37	225,3	Лапшина 516
	Напиток лимонный	180	0,18	0	23,49	33,52	Лапшина 699
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,52	69,6	пром произ-во
	Фрукты мытые поштучно	100	0,40	0,40	9,80	44,40	Тутельян 368
	ИТОГО	560	20,76	18,48	97,90	581,97	
2 неделя 1 день	Омлет натуральный	100	8,45	12,00	2,20	150,31	54-1с-2020
	Блинчики (поштучно)	94	4,62	12,32	19,34	204,84	ТТК 6093
	Молоко сгущенное на полив	20	1,44	1,7	11,1	65,5	пром произ-во
	Чай с сахаром	200	0,09	0,02	12,01	48,61	Лапшина 685
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,52	69,6	пром произ-во
	Фрукты мытые поштучно	110	1,06	0,32	8,85	44	Тутельян 368
	ИТОГО	554	17,94	26,63	68,02	582,86	
2 неделя 2 день	Фрукты мытые поштучно	100	0,40	0,40	9,80	44,40	Тутельян 368
	Тефтели с соусом	100	8,92	14,52	11,94	217,4	Лапшина 461
	Каша рассыпчатая гречневая	180	9,86	6,43	43,29	270,5	Лапшина 508
	Чай с лимоном	205	0,23	0,05	10,18	42,08	Лапшина 686
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,52	69,6	пром произ-во
	ИТОГО	615	21,69	21,67	89,73	643,98	
2 неделя 3 день	Фрукты мытые поштучно	100	0,40	0,40	9,80	44,40	Тутельян 368
	Котлеты рубленые из бройлеров-цыплят	60	9,43	9,39	8,39	155,27	Лапшина 499
	Картофельное пюре	180	3,72	5,05	24,07	155,99	Лапшина 520
	Чай с сахаром	200	0,09	0,02	12,01	48,61	Марчука 630
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,36	92,8	пром произ-во
	ИТОГО	580	16,68	15,22	73,63	497,07	
2 неделя 4 день	Бройлерный цыпленок тушеный в соусе	128	20,33	23,44	3,28	303,19	Лапшина 493
	Макароны отварные	170	7,8	4,46	37,18	213,11	Лапшина 516
	Чай с замороженными ягодами и сахаром	200	0,3	0,09	10,84	45,35	54-6гн-2020
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,36	92,8	пром произ-во
	Кондитерские изделия	12	0,84	2,4	7,7	56	пром произ-во
	ИТОГО	550	32,31	30,75	78,34	710,85	
2 неделя 5 день	Блинчики (поштучно) с начинкой	128	4,50	7,68	31,38	216,44	ТТК 6103
	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	153	5,80	4,9	25,72	169,75	Лапшина 302
	Кофейный напиток	180	2,03	1,50	22,44	111,40	Лапшина 692
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,4	пром произ-во
	Фрукты мытые поштучно	100	0,40	0,40	9,80	44,40	Тутельян 368
	ИТОГО	581	14	15	99	588	
	итого за период	5809	207,0	200,0	861,3	6011,8	
	среднее в день	580,9	20,70	20,00	86,13	601,18	
	нормы по СанПин	550	90,00	92,00	383,00	2720,00	
	процент от суточной нормы		23%	22%	22%	22%	