

Согласовано:

Директор Школы № _____

Директор МАУ

"Центр детского здорового питания"

Утверждаю:

А.М.Волков

Обед 12 лет и старше (75) *

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 28.02.2022 г.							
	Суп крестьянский с крупой на костном бульоне	250	11,5	7,3	13	154	134/2004
	Биточки Детские тушеные	40	6,9	6,4	2,3	87	ТТК №55
	Каша гречневая рассыпчатая	230	13,1	13,1	64,5	403	463/1994
	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	20,4	103	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за обед		803	39,1	29,2	142,9	941	
Вторник 01.03.2022 г.							
	Борщ Сибирский на костном бульоне	250	22,7	7	16,3	233	113/1994; 112/2004
	Рыба тушеная с овощами (филе горбуши)	50/50	15	10,9	7,9	290	309/2004; 601/2004
	Пюре картофельное	180	2,88	6,12	19,65	166	472/1994
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	628/1994
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за обед		813	43,18	24,42	75,75	819	
Среда 02.02.2022 г.							
	Суп картофельный с крупой/цыпленок отварной	250/20	14,4	3,9	20,3	174	138/2004
	Гуляш из филе цыпленка	50/50	28	7	5,3	198	ТТК №20
	Рис отварной	200	3,7	6,3	39,2	245	465/1994
	Напиток из кураги	200	1,1	0	31,5	125	638/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
Итого за обед		803	49,6	17,6	113,2	814	
Четверг 03.03.2022 г.							
	Гарнировка: икра морковная	50	0,8	2,5	3,8	41	78/2004
	Рассольник домашний на костном бульоне	250	4,8	5,1	17,8	190	131/2004
	Шницель Тотоша запеченный	50	9,79	5,22	2,14	145	ТТК №50
	Макаронные изделия отварные	220	8,2	9,57	54,91	270	464/1994
	Напиток лимонный	200	0,2	0	25,6	103	699/2004
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
Итого за обед		803	26,19	22,79	121,15	821	
Пятница 04.03.2022 г.							
	Суп картофельный/рыбная консерва	250/20	6,3	5	22,3	158	Т1/3/1994
	Котлеты Солнечногорские запеченные	50	10,1	5,2	4,7	126	ТТК №51
	Каша гречневая вязкая	230	6,9	10,4	34	261	464/1994
	Чай с шиповником	200	0,4	0	18,8	81	ТТК № 46
	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,4	0,4	16,9	72	ТТК № 57
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,9	61	ТТК № 57
Итого за обед		808	28	21,2	109,6	759	
Суббота 05.03.2022 г.							
	Суп картофельный с макарон. изд.	250	10,8	2,9	17,4	199	140/2004, Т17/1994
	Котлета рыбная (филе трески) с соусом сметанным с томатом	70/30	12,9	8,8	13,7	158	388/2004, 601/2004
	Рис отварной	200	3,51	6,1	38,2	221	465/1994
	Напиток из плодов шиповника	200	0,8	0	30	119	705/2004
	Хлеб пшеничный	2/25	3,8	0,4	25,8	122	ТТК № 57
Итого за обед		703	31,81	18,2	125,1	819	

* Стоимость 1 комплекса обеда на одного учащегося для школьников категории от 12 лет и старше составляет 75 рублей.