

Директор БОУ Олжас ССШ № 5, 65, 69, 72, 78, 79, 101, 103, 114, 148, 162, 13, 38, 54, 56, 83, 107, 116, 122, 130, 134, 152, 3, 40, 43, 76, 161, 138
 Н. Латущинак

Меню завтраков для учащихся 5-11 классов. Для БОУ Олжас ССШ № 5, 65, 69, 72, 78, 79, 101, 103, 114, 148, 162, 13, 38, 54, 56, 83, 107, 116, 122, 130, 134, 152, 3, 40, 43, 76, 161, 138
 на период 05.02.24 - 17.02.24

Тип меню: П/Ф М

	8521	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход основной	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Понедельник 05.02.24								
Завтрак								
1	Сыр п/твердых сортов порционный	13.97 р.	28/1998	14	3.752	3.822	0.000	50.540
2	Каша рисовая на молоке с маслом(жидкая)	39.35 р.	548/2/1998.	200	6.087	12.368	32.895	267.861
3	Хлеб пшеничный	3.14 р.	ТПП	56	4.256	0.504	27.832	126.560
4	Чай с малиной с сахаром	11.54 р.	54-13гн-2020	200	0.296	0.000	11.129	46.338
5	Фрукт свежий: Яблоко	22.00 р.	ТПП	150	0.600	0.000	16.950	69.000
	Итого за Завтрак:	90.00 р.		620	14.991	16.694	88.806	560.299
	Итого за день:	90.00 р.		620	14.991	16.694	88.806	560.299
Вторник 06.02.24								
Завтрак								
1	Гёфтели(биточки) "Натуральные"(в) тушеные в сметанном соусе с томатом	69.90 р.	ТПП/1045/3/1998	110	10.899	8.732	8.866	157.655
2	Макаронные изделия отварные с маслом	9.11 р.	940/2/1998.	200	7.362	3.766	47.033	251.683
3	Хлеб пшеничный	2.45 р.	ТПП	43	3.329	0.394	21.769	98.988
4	Чай с черникой с сахаром	8.54 р.	54-13гн-2020	200	0.200	0.000	10.049	41.418
	Итого за Завтрак:	90.00 р.		553	21.79	12.892	87.717	549.744
	Итого за день:	90.00 р.		553	21.79	12.892	87.717	549.744
Среда 07.02.24								
Завтрак								
1	Запеканка творожная(п/ф)	57.95 р.	ТТК	155	28.640	10.325	23.136	304.956
2	Молоко сгущенное*	6.45 р.	1087/98.	15	1.080	1.275	8.400	49.200
3	Хлеб пшеничный	2.06 р.	ТПП	36	2.797	0.331	18.290	83.168
4	Чай с сахаром	1.54 р.	54-2гн-2020	200	0.200	0.000	7.055	29.448
5	Фрукт свежий: Яблоко	22.00 р.	ТПП	150	0.600	0.000	16.950	69.000
	Итого за Завтрак:	90.00 р.		556	33.317	11.931	73.831	535.772
	Итого за день:	90.00 р.		556	33.317	11.931	73.831	535.772
Четверг 08.02.24								
Завтрак								
1	Сыр п/твердых сортов порционный	9.98 р.	54-13-2020	10	2.680	2.730	0.000	36.100
2	Каша молочная пшенная с маслом (жидкая)	19.43 р.	548/1/1998г.	205	7.563	7.465	39.487	256.202
3	Хлеб пшеничный	2.74 р.	ТПП	49	3.724	0.441	24.353	110.740
4	Чай с лимоном, с сахаром	3.79 р.	54/3гн/2020	200	0.263	0.000	7.265	31.828
5	Фрукт свежий: Мандарин	34.06 р.	ТПП	150	1.200	0.000	12.900	57.000
6	Корж молочный в индивидуальной упаковке	20.00 р.	ТПП	45	3.450	6.150	32.600	229.000
	Итого за Завтрак:	90.00 р.		659	18.88	16.786	116.605	720.87
	Итого за день:	90.00 р.		659	18.88	16.786	116.605	720.87
Пятница 09.02.24								
Завтрак								
1	Плов с курицей(филе курицы)*	59.10 р.	893/2/1998.	200	17.274	8.311	43.038	315.761
2	Хлеб пшеничный	1.68 р.	ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
3	Чай с черной смородиной с сахаром	7.22 р.	54-13гн-2020	200	0.320	0.000	11.009	46.218
4	Фрукт свежий: Яблоко	22.00 р.	ТПП	150	0.600	0.000	16.950	69.000
	Итого за Завтрак:	90.00 р.		580	20.474	8.581	85.907	498.779
	Итого за день:	90.00 р.		580	20.474	8.581	85.907	498.779
Суббота 10.02.24								
Завтрак								
1	Бефстроганов*	60.72 р.	736/3/1998.	90	13.781	19.018	6.719	246.670
2	Макаронные изделия отварные с маслом	8.15 р.	940/2/1998.	200	7.392	3.046	47.260	246.222
3	Хлеб пшеничный	3.51 р.	ТПП	62	4.765	0.564	31.162	141.702
4	Какао с молоком	17.62 р.	1222/2/1998.	200	3.046	3.420	14.304	100.880
	Итого за Завтрак:	90.00 р.		552	28.984	26.048	99.445	735.474
	Итого за день:	90.00 р.		552	28.984	26.048	99.445	735.474

Понедельник 12.02.24								
Завтрак								
1	Сыр п/твердых сортов порционный	15.97 р.	28/1998	16	4.240	4.319	0.000	57.114
2	Каша пшенная на молоке с маслом(жидкая)	33.19 р.	548/1/1998г.	210	7.931	12.532	36.952	292.954
3	Хлеб пшеничный	2.99 р.	ТПП	53	4.058	0.481	26.540	120.664
4	Чай с лимоном, с сахаром	3.79 р.	54/3гн/2020	200	0.263	0.000	7.265	31.828
5	Фрукт свежий: Мандарин	34.06 р.	ТПП	150	1.200	0.000	12.900	57.000
Итого за Завтрак:		90.00 р.		629	17.692	17.332	83.657	559.58
Итого за день:		90.00 р.		629	17.692	17.332	83.657	559.58
Вторник 13.02.24								
Завтрак								
1	Гуляш из говядины	60.82 р.	827/3/98.	100	14.742	16.306	6.866	225.840
2	Гречка отварная с маслом	14.36 р.	931/3/1998.	206	11.690	7.399	52.838	324.252
3	Хлеб пшеничный	3.28 р.	ТПП	58	4.454	0.527	29.124	132.436
4	Чай с малиной с сахаром	11.54 р.	54-13гн-2020	200	0.296	0.000	11.129	46.338
Итого за Завтрак:		90.00 р.		564	31.182	24.232	99.957	728.866
Итого за день:		90.00 р.		564	31.182	24.232	99.957	728.866
Среда 14.02.24								
Завтрак								
1	Омлет натуральный на молоке	63.93 р.	54-1о-2020	160	13.797	22.452	2.751	268.355
2	Хлеб пшеничный	2.53 р.	ТПП	45	3.435	0.407	22.464	102.152
3	Чай с сахаром	1.54 р.	54-2гн-2020	200	0.200	0.000	7.055	29.448
4	Фрукт свежий: Яблоко	22.00 р.	ТПП	150	0.600	0.000	16.950	69.000
Итого за Завтрак:		90.00 р.		555	18.032	22.859	49.22	468.955
Итого за день:		90.00 р.		555	18.032	22.859	49.22	468.955
Четверг 15.02.24								
Завтрак								
1	Молоко сгущенное*	4.30 р.	1087/98.	10	0.720	0.850	5.600	32.800
2	Запеканка творожно-морковная(п/ф)	56.83 р.	ТТК	150	5.155	10.933	24.541	216.612
3	Хлеб пшеничный	3.08 р.	ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
4	Чай с лимоном, с сахаром	3.79 р.	54/3гн/2020	200	0.263	0.000	7.265	31.828
5	Фрукт свежий: Яблоко	22.00 р.	ТПП	150	0.600	0.000	16.950	69.000
Итого за Завтрак:		90.00 р.		555	10.918	12.278	81.691	474.54
Итого за день:		90.00 р.		555	10.918	12.278	81.691	474.54
Пятница 16.02.24								
Завтрак								
1	Рыба тушеная в томате с овощами(филе минтая)*	44.25 р.	640/3/1998.	90	9.388	6.701	4.351	115.032
2	Картофельное пюре на молоке с маслом	16.00 р.	946/2/1998.	180	3.696	3.849	30.750	165.459
3	Хлеб пшеничный	2.23 р.	ТПП	39	3.032	0.359	19.830	90.174
4	Чай с вишней с сахаром	7.52 р.	54-13гн-2020	200	0.296	0.000	11.405	47.298
5	Корж молочный в индивидуальной упаковке	20.00 р.	ТПП	45	3.450	6.150	32.600	229.000
Итого за Завтрак:		90.00 р.		554	19.862	17.059	98.936	646.963
Итого за день:		90.00 р.		554	19.862	17.059	98.936	646.963
Суббота 17.02.24								
Завтрак								
1	Котлета "Домашняя"(в)запеченая с соусом сметанным*	61.73 р.	ТПП/1044/3/1998	120	15.465	14.314	16.232	255.752
2	Гречка отварная с маслом	11.37 р.	931/3/1998.	180	10.277	5.583	46.481	276.881
3	Хлеб пшеничный	3.18 р.	ТПП	56	4.309	0.510	28.180	128.142
4	Какао с молоком*	13.72 р.	1222/2/1998.	200	2.406	2.640	13.274	87.080
Итого за Завтрак:		90.00 р.		556	32.457	23.047	104.167	747.855
Итого за день:		90.00 р.		556	32.457	23.047	104.167	747.855
ИТОГО ЗА Завтрак:		1080.00 р.		6943	268.579	209.739	1069.939	7227.697
ИТОГО ЗА ПЕРИОД:		1080.00 р.		6943	268.579	209.739	1069.939	7227.697
СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД:		90.00 р.		578.58	22.36	17.48	89.16	602.31
СОТНОШЕНИЕ:					1	0.781	3.984	

Примечание:

Директор _____

Зав. произв. _____

Калькулятор _____