

Меню обедов для учащихся 5-11 классов. Для БОУ 64  
2 вариант

на период 03.02.25 - 28.02.25

Тип меню: П/Ф М



	9648	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
<b>Понедельник 03.02.25</b>								
<b>Обед</b>								
1	Закуска овощная из квашенной капусты		147/2018.	100	0.152	5.005	0.494	47.515
2	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне		307/3/1998.	250	6.088	6.250	23.475	170.895
3	Жаркое по-домашнему из курицы (филе птицы)		820/3/1998.	200(160/40)	12.742	17.110	22.638	290.273
4	Хлеб пшеничный		ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
5	Компот из брусники		54-1хн-2020	200	0.000	0.000	14.970	59.850
6	Печенье апельсиновое в индивидуальной упаковке		ТПП	35(1/35)	2.170	9.415	19.880	173.600
<b>Итого за Обед:</b>		<b>110.00 р.</b>		<b>815</b>	<b>23.432</b>	<b>38.05</b>	<b>96.367</b>	<b>809.933</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>110.00 р.</b>		<b>815</b>	<b>23.432</b>	<b>38.05</b>	<b>96.367</b>	<b>809.933</b>
<b>Вторник 04.02.25</b>								
<b>Обед</b>								
1	Закуска овощная с чесноком		198/1998	100	2.153	9.551	13.309	146.690
2	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне (со сметаной)		262/1998.	250 (246/4)	5.102	9.619	13.955	160.928
3	Каша гречневая с мясом по-купечески		ТТК	200 (160/40)	16.128	13.386	24.570	277.168
4	Хлеб пшеничный		ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
5	Компот из сухофруктов*		1113/3/98	200(185/15)	0.640	0.000	28.570	114.450
<b>Итого за Обед:</b>		<b>110.00 р.</b>		<b>800</b>	<b>27.823</b>	<b>33.006</b>	<b>105.254</b>	<b>812.236</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>110.00 р.</b>		<b>800</b>	<b>27.823</b>	<b>33.006</b>	<b>105.254</b>	<b>812.236</b>
<b>Среда 05.02.25</b>								
<b>Обед</b>								
1	Салат из свеклы отварной		54-13з	100	1.614	4.995	10.253	90.518
2	Суп гороховый с гречками		306/3/1998.	250(230/20)	11.231	8.834	34.150	255.962
3	Рыба тушеная в томате с овощами (филе горбуши)*		640/3/1998.	100(50/50)	13.362	9.594	4.770	158.515
4	Картофельное пюре на свежем молоке с маслом		946/2/1998.	150(147/3)	3.226	2.882	26.059	137.304
5	Хлеб пшеничный		ТПП	45	3.420	0.405	22.365	101.700
6	Компот из персиков с/м		1113/3/98г.	200(165/20/15)	0.000	0.000	14.970	59.850
<b>Итого за Обед:</b>		<b>110.00 р.</b>		<b>845</b>	<b>32.853</b>	<b>26.71</b>	<b>112.567</b>	<b>803.849</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>110.00 р.</b>		<b>845</b>	<b>32.853</b>	<b>26.71</b>	<b>112.567</b>	<b>803.849</b>
<b>Четверг 06.02.25</b>								
<b>Обед</b>								
1	Морковь, тушенная в сметанном соусе		334/2011.	100	1.466	2.920	8.399	64.865
2	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне (со сметаной)		282/3/1998.	250 (246/4)	5.090	9.628	10.503	147.224
3	Фрикасе из курицы		599/2022	100(50/50)	13.346	15.513	7.748	223.845
4	Макаронные изделия отварные с маслом		940/2/1998.	180(177/3)	6.644	2.957	42.466	223.238
5	Хлеб пшеничный		ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
6	Компот из брусники и манго с сахаром		54-1хн-2020	200	0.000	0.000	14.970	59.850
<b>Итого за Обед:</b>		<b>110.00 р.</b>		<b>870</b>	<b>29.586</b>	<b>31.378</b>	<b>103.966</b>	<b>809.422</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>110.00 р.</b>		<b>870</b>	<b>29.586</b>	<b>31.378</b>	<b>103.966</b>	<b>809.422</b>
<b>Пятница 07.02.25</b>								
<b>Обед</b>								
1	Закуска овощная из квашенной капусты		147/2018.	100	0.152	5.005	0.494	47.515
2	Суп картофельный с макаронными изделиями и фрикадельками*		307/3/1998.	250(235/15)	6.343	4.084	23.569	152.821
3	Рагу овощное с мясом птицы (филе курицы)*		887/3/1998.	250(210/40)	13.629	18.871	32.512	347.330
4	Хлеб пшеничный		ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
5	Компот из сухофруктов*		1113/3/98	200(185/15)	0.640	0.000	28.570	114.450
<b>Итого за Обед:</b>		<b>110.00 р.</b>		<b>860</b>	<b>25.324</b>	<b>28.5</b>	<b>114.965</b>	<b>797.716</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>110.00 р.</b>		<b>860</b>	<b>25.324</b>	<b>28.5</b>	<b>114.965</b>	<b>797.716</b>
<b>Понедельник 10.02.25</b>								
<b>Обед</b>								
1	Закуска овощная с чесноком		198/1998	100	2.153	9.551	13.309	146.690
2	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне (со сметаной)		262/1998.	250 (246/4)	5.102	9.619	13.955	160.928
3	Тефтели (биточки) "Натуральные"(в) тушенные в сметанном соусе с томатом		ТПП/1045/3/1998	120(90/30)	13.449	11.698	12.659	212.132
4	Рис отварной с маслом		934/3/1998.	180(177/3)	4.464	2.812	47.192	232.018
5	Хлеб пшеничный		ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
6	Кисель из св/м ягод		1131/3/98.	200	0.129	0.040	23.548	96.620
<b>Итого за Обед:</b>		<b>110.00 р.</b>		<b>880</b>	<b>27.597</b>	<b>33.99</b>	<b>125.573</b>	<b>916.188</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>110.00 р.</b>		<b>880</b>	<b>27.597</b>	<b>33.99</b>	<b>125.573</b>	<b>916.188</b>
<b>Вторник 11.02.25</b>								
<b>Обед</b>								
1	Салат из свеклы отварной с сыром		54-13з	100	1.899	5.450	9.228	91.979

	Гороховый с гренками		306/3/1998.	250(230/20)	11.231	8.834	34.150	255.962
	Рыба тушеная в томате с овощами(филе горбуши)*		640/3/1998.	100(50/50)	13.362	9.594	4.770	158.515
4	Картофельное пюре на свежем молоке с маслом		946/2/1998.	150(147/3)	3.226	2.882	26.059	137.304
5	Хлеб пшеничный		ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
6	Компот из сухофруктов*		1113/3/98	200(185/15)	0.640	0.000	28.570	114.450
	<b>Итого за Обед:</b>	<b>110.00 р.</b>		<b>830</b>	<b>32.638</b>	<b>27.03</b>	<b>117.687</b>	<b>826.01</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>110.00 р.</b>		<b>830</b>	<b>32.638</b>	<b>27.03</b>	<b>117.687</b>	<b>826.01</b>
	<b>Среда 12.02.25</b>							
	<b>Обед</b>							
1	Закуска овощная из белокачанной капусты		130/3/1998.	100	1.550	5.005	9.951	90.292
2	Свекольник с фрикадельками(со сметаной)*		95/2018.	250(230/15/5)	5.785	7.312	18.372	159.318
3	Паста сливочная с говядиной		406/2022	200	14.831	24.232	31.584	401.088
4	Хлеб пшеничный		ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
5	Компот из персиков с/м		1113/3/98г.	200(165/20/15)	0.000	0.000	14.970	59.850
	<b>Итого за Обед:</b>	<b>110.00 р.</b>		<b>800</b>	<b>25.966</b>	<b>36.999</b>	<b>99.727</b>	<b>823.548</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>110.00 р.</b>		<b>800</b>	<b>25.966</b>	<b>36.999</b>	<b>99.727</b>	<b>823.548</b>
	<b>Четверг 13.02.25</b>							
	<b>Обед</b>							
1	Маринад овощной с томатом*		1070/3/1998.	100	1.759	10.050	10.975	140.617
2	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне (со сметаной)		282/3/1998.	250 (246/4)	5.090	9.628	10.503	147.224
3	Рагу овощное с мясом птицы(филе курицы)*		887/3/1998.	250(210/40)	13.629	18.871	32.512	347.330
4	Хлеб пшеничный		ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
5	Компот из брусники и манго с сахаром		54-1хн-2020	200	0.000	0.000	14.970	59.850
	<b>Итого за Обед:</b>	<b>110.00 р.</b>		<b>850</b>	<b>24.278</b>	<b>38.999</b>	<b>93.81</b>	<b>808.021</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>110.00 р.</b>		<b>850</b>	<b>24.278</b>	<b>38.999</b>	<b>93.81</b>	<b>808.021</b>
	<b>Пятница 14.02.25</b>							
	<b>Обед</b>							
1	Закуска овощная с чесноком		198/1998	100	2.153	9.551	13.309	146.690
2	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне		307/3/1998.	250	6.088	6.250	23.475	170.895
3	Фрикасе из курицы		599/2022	100(50/50)	13.346	15.513	7.748	223.845
4	Картофельное пюре на свежем молоке с маслом		946/2/1998.	180(176/4)	3.859	3.746	31.136	166.795
5	Хлеб пшеничный		ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
6	Компот из сухофруктов*		1113/3/98	200(185/15)	0.640	0.000	28.570	114.450
	<b>Итого за Обед:</b>	<b>110.00 р.</b>		<b>860</b>	<b>28.366</b>	<b>35.33</b>	<b>119.148</b>	<b>890.475</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>110.00 р.</b>		<b>860</b>	<b>28.366</b>	<b>35.33</b>	<b>119.148</b>	<b>890.475</b>
	<b>Понедельник 17.02.25</b>							
	<b>Обед</b>							
1	Закуска овощная с чесноком		147/2018.	100	0.152	5.005	0.494	47.515
2	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне		307/3/1998.	250	6.088	6.250	23.475	170.895
3	Жаркое по-домашнему из курицы(филе птицы)		820/3/1998.	200(160/40)	12.742	17.110	22.638	290.273
4	Хлеб пшеничный		ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
5	Компот из брусники		54-1хн-2020	200	0.000	0.000	14.970	59.850
6	Печенье апельсиновое в индивидуальной упаковке		ТПП	35(1/35)	2.170	9.415	19.880	173.600
	<b>Итого за Обед:</b>	<b>110.00 р.</b>		<b>815</b>	<b>23.432</b>	<b>38.05</b>	<b>96.367</b>	<b>809.933</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>110.00 р.</b>		<b>815</b>	<b>23.432</b>	<b>38.05</b>	<b>96.367</b>	<b>809.933</b>
	<b>Вторник 18.02.25</b>							
	<b>Обед</b>							
1	Закуска овощная с чесноком		198/1998	100	2.153	9.551	13.309	146.690
2	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне (со сметаной)		262/1998.	250 (246/4)	5.102	9.619	13.955	160.928
3	Каша гречневая с мясом по-купечески		ТПК	200 (160/40)	16.128	13.386	24.570	277.168
4	Хлеб пшеничный		ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
5	Компот из сухофруктов*		1113/3/98	200(185/15)	0.640	0.000	28.570	114.450
	<b>Итого за Обед:</b>	<b>110.00 р.</b>		<b>800</b>	<b>27.823</b>	<b>33.006</b>	<b>105.254</b>	<b>812.236</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>110.00 р.</b>		<b>800</b>	<b>27.823</b>	<b>33.006</b>	<b>105.254</b>	<b>812.236</b>
	<b>Среда 19.02.25</b>							
	<b>Обед</b>							
1	Салат из свеклы отварной		54-13а	100	1.614	4.995	10.253	90.518
2	Суп гороховый с гренками		306/3/1998.	250(230/20)	11.231	8.834	34.150	255.962
3	Рыба тушеная в томате с овощами(филе горбуши)*		640/3/1998.	100(50/50)	13.362	9.594	4.770	158.515
4	Картофельное пюре на свежем молоке с маслом		946/2/1998.	150(147/3)	3.226	2.882	26.059	137.304
5	Хлеб пшеничный		ТПП	45	3.420	0.405	22.365	101.700
6	Компот из персиков с/м		1113/3/98г.	200(165/20/15)	0.000	0.000	14.970	59.850
	<b>Итого за Обед:</b>	<b>110.00 р.</b>		<b>845</b>	<b>32.853</b>	<b>26.71</b>	<b>112.567</b>	<b>803.849</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>110.00 р.</b>		<b>845</b>	<b>32.853</b>	<b>26.71</b>	<b>112.567</b>	<b>803.849</b>
	<b>Четверг 20.02.25</b>							
	<b>Обед</b>							
1	Морковь, тушенная в сметанном соусе		334/2011.	100	1.466	2.920	8.399	64.865
2	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне (со сметаной)		282/3/1998.	250 (246/4)	5.090	9.628	10.503	147.224
3	Фрикасе из курицы		599/2022	100(50/50)	13.346	15.513	7.748	223.845
4	Макаронные изделия отварные с маслом		940/2/1998.	180(177/3)	6.644	2.957	42.466	223.238
5	Хлеб пшеничный		ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
6	Компот из брусники и манго с сахаром		54-1хн-2020	200	0.000	0.000	14.970	59.850
	<b>Итого за Обед:</b>	<b>110.00 р.</b>		<b>870</b>	<b>29.586</b>	<b>31.378</b>	<b>103.966</b>	<b>809.422</b>

Итого за день:		110.00 р.	870	29.586	31.378	103.966	809.422
Пятница 21.02.25							
Обед							
1	Закуска овощная из квашенной капусты	147/2018.	100	0.152	5.005	0.494	47.515
2	Суп картофельный с макаронными изделиями и фрикадельками*	307/3/1998.	250(235/15)	6.343	4.084	23.569	152.821
3	Рагу овощное с мясом птицы(филе курицы)*	887/3/1998.	250(210/40)	13.629	18.871	32.512	347.330
4	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
5	Компот из сухофруктов*	1113/3/98	200(185/15)	0.640	0.000	28.570	114.450
Итого за Обед:		110.00 р.	860	25.324	28.5	114.965	797.716
Итого за день:		110.00 р.	860	25.324	28.5	114.965	797.716
Понедельник 24.02.25							
Обед							
1	Закуска овощная с чесноком	198/1998	100	2.153	9.551	13.309	146.690
2	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне (со сметаной)	262/1998.	250 (246/4)	5.102	9.619	13.955	160.928
3	Тефтели(биточки) "Натуральные"(в) тушеные в сметанном соусе с томатом	ТПП/1045/3/1998	120(90/30)	13.449	11.698	12.659	212.132
4	Рис отварной с маслом	934/3/1998.	180(177/3)	4.484	2.812	47.192	232.018
5	Хлеб пшеничный	ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
6	Кисель из св/м ягод	1131/3/98.	200	0.129	0.040	23.548	96.620
Итого за Обед:		110.00 р.	880	27.597	33.99	125.573	916.188
Итого за день:		110.00 р.	880	27.597	33.99	125.573	916.188
Вторник 25.02.25							
Обед							
1	Салат из свеклы отварной с сыром	54-13з	100	1.899	5.450	9.228	91.979
2	Суп гороховый с гречками	306/3/1998.	250(230/20)	11.231	8.834	34.150	255.962
3	Рыба тушеная в томате с овощами(Филе горбуши)*	640/3/1998.	100(50/50)	13.362	9.594	4.770	158.515
4	Картофельное пюре на свежем молоке с маслом	946/2/1998.	150(147/3)	3.226	2.882	26.059	137.304
5	Хлеб пшеничный	ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
6	Компот из сухофруктов*	1113/3/98	200(185/15)	0.640	0.000	28.570	114.450
Итого за Обед:		110.00 р.	830	32.638	27.03	117.687	826.01
Итого за день:		110.00 р.	830	32.638	27.03	117.687	826.01
Среда 26.02.25							
Обед							
1	Закуска овощная из белокачанной капусты	130/3/1998.	100	1.550	5.005	9.951	90.292
2	Свекольник с фрикадельками(со сметаной)*	95/2018.	250(230/15/5)	5.785	7.312	18.372	159.318
3	Паста сливочная с говядиной	406/2022	200	14.831	24.232	31.584	401.088
4	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
5	Компот из персиков с/м	1113/3/98г.	200(165/20/15)	0.000	0.000	14.970	59.850
Итого за Обед:		110.00 р.	800	25.966	36.999	99.727	823.548
Итого за день:		110.00 р.	800	25.966	36.999	99.727	823.548
Четверг 27.02.25							
Обед							
1	Маринад овощной с томатом*	1070/3/1998.	100	1.759	10.050	10.975	140.617
2	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне (со сметаной)	282/3/1998.	250 (246/4)	5.090	9.628	10.503	147.224
3	Рагу овощное с мясом птицы(Филе курицы)*	887/3/1998.	250(210/40)	13.629	18.871	32.512	347.330
4	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
5	Компот из брусники и манго с сахаром	54-1хн-2020	200	0.000	0.000	14.970	59.850
Итого за Обед:		110.00 р.	850	24.278	38.999	93.81	808.021
Итого за день:		110.00 р.	850	24.278	38.999	93.81	808.021
Пятница 28.02.25							
Обед							
1	Закуска овощная с чесноком	198/1998	100	2.153	9.551	13.309	146.690
2	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	307/3/1998.	250	6.088	6.250	23.475	170.895
3	Фрикасе из курицы	599/2022	100(50/50)	13.346	15.513	7.748	223.845
4	Картофельное пюре на свежем молоке с маслом	946/2/1998.	180(176/4)	3.859	3.746	31.136	166.795
5	Хлеб пшеничный	ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
6	Компот из сухофруктов*	1113/3/98	200(185/15)	0.640	0.000	28.570	114.450
Итого за Обед:		110.00 р.	860	28.366	35.33	119.148	890.475
Итого за день:		110.00 р.	860	28.366	35.33	119.148	890.475
ИТОГО ЗА ОБЕД:		2200.00 р.	16820	555.726	659.984	2178.128	16594.796
ИТОГО ЗА ПЕРИОД:		2200.00 р.	16820	555.726	659.984	2178.128	16594.796
СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД:		110.00 р.	841	27.79	33	108.91	829.74
СООТНОШЕНИЕ:				1	1.187	3.919	

Примечание:

Директор \_\_\_\_\_

Зав. прозв. *Мяс* \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_



