

Меню завтраков для учащихся 1-11 классов. Для БОУ

2 вариант
для детей с диабетом

на период 03.02.25 - 01.03.25

Тип меню: П/Ф М

	9655	Цена	Номер по сборнику рецептов	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Понедельник 03.02.25								
Завтрак								
1	Сыр п/твердых сортов порционный		54-1з-2020	10	2.680	2.730	0.000	36.100
2	Сосиски отварные(вес) с маслом		715/1998.	105(100/5)	0.853	5.517	0.260	55.605
3	Макаронные изделия отварные с маслом		940/3/1998.	82(80/2)	3.004	1.803	19.176	105.031
4	Хлеб пшеничный		ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
5	Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
	Итого за Завтрак:	90.00 р.		417	8.257	10.23	29.445	243.454
	Итого за день:	90.00 р.		417	8.257	10.23	29.445	243.454
Вторник 04.02.25								
Завтрак								
1	Плов с курицей(филе курицы)*		893/2/1998.	125(100/25)	8.947	10.846	27.002	241.191
2	Хлеб пшеничный		ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
3	Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
	Итого за Завтрак:	90.00 р.		345	10.667	11.026	37.011	287.909
	Итого за день:	90.00 р.		345	10.667	11.026	37.011	287.909
Среда 05.02.25								
Завтрак								
1	Запеканка творожная(п/ф)		ТТК	130	24.021	8.659	19.405	255.767
2	Соус клубничный*		1090/98.	10	0.019	0.000	4.174	17.024
3	Хлеб пшеничный		ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
4	Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
	Итого за Завтрак:	90.00 р.		360	25.76	8.839	33.588	319.509
	Итого за день:	90.00 р.		360	25.76	8.839	33.588	319.509
Четверг 06.02.25								
Завтрак								
1	Сыр п/твердых сортов порционный		54-1з-2020	10	2.680	2.730	0.000	36.100
2	Тефтели(биточки) "Натуральные"(в) тушеные в сметанном соусе с томатом		ТПП/1045/3/1998	110(90/20)	13.299	10.632	12.126	199.755
3	Тефтели(биточки) "Натуральные"(в) тушеные в сметанном соусе с томатом		ТПП/1045/3/1998	110(90/20)	13.299	10.632	12.126	199.755
4	Хлеб пшеничный		ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
5	Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
	Итого за Завтрак:	90.00 р.		450	30.998	24.174	34.261	482.328
	Итого за день:	90.00 р.		450	30.998	24.174	34.261	482.328
Пятница 07.02.25								
Завтрак								
1	Котлета куриная(в) тушеная в томатном соусе*		ТПП/1029/3/1998	140(90/50)	13.959	12.803	14.933	230.763
2	Хлеб пшеничный		ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
3	Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
	Итого за Завтрак:	90.00 р.		360	15.679	12.983	24.942	277.481
	Итого за день:	90.00 р.		360	15.679	12.983	24.942	277.481
Суббота 08.02.25								
Завтрак								
1	Гуляш из говядины		827/3/98.	90(40/50)	11.977	14.078	6.519	194.761
2	Картофель отварной с маслом		423/3/1998.	102(100/2)	2.176	1.558	21.302	102.860
3	Хлеб пшеничный		ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
4	Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
	Итого за Завтрак:	90.00 р.		412	15.873	15.816	37.83	344.339
	Итого за день:	90.00 р.		412	15.873	15.816	37.83	344.339
Понедельник 10.02.25								
Завтрак								
1	Сыр п/твердых сортов порционный		54-1з-2020	10	2.680	2.730	0.000	36.100
2	Сосиски отварные(вес) с маслом		715/1998.	105(100/5)	0.853	5.517	0.260	55.605
3	Макаронные изделия отварные с маслом		940/3/1998.	82(80/2)	3.004	1.803	19.176	105.031
4	Хлеб пшеничный		ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
5	Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
	Итого за Завтрак:	90.00 р.		417	8.257	10.23	29.445	243.454

Итого за день:		90.00 р.		417	8.257	10.23	29.445	243.454
Вторник 11.02.25								
Завтрак								
1	Котлета куриная(в) тушеная в томатном соусе*		ТПП/1029/3/1998	140(90/50)	13.959	12.803	14.933	230.763
2	Хлеб пшеничный		ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
3	Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
Итого за Завтрак:		90.00 р.		360	15.679	12.983	24.942	277.481
Итого за день:		90.00 р.		360	15.679	12.983	24.942	277.481
Среда 12.02.25								
Завтрак								
1	Плов с курицей(филе курицы)*		893/2/1998.	125(100/25)	8.947	10.846	27.002	241.191
2	Хлеб пшеничный		ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
3	Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
Итого за Завтрак:		90.00 р.		345	10.667	11.026	37.011	287.909
Итого за день:		90.00 р.		345	10.667	11.026	37.011	287.909
Четверг 13.02.25								
Завтрак								
1	Тефтели(биточки) "Натуральные"(в) тушеные в томатном соусе*		ТПП/1029/3/1998	140(90/50)	13.445	10.202	13.618	202.264
2	Хлеб пшеничный		ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
3	Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
Итого за Завтрак:		90.00 р.		360	15.165	10.382	23.627	248.982
Итого за день:		90.00 р.		360	15.165	10.382	23.627	248.982
Пятница 14.02.25								
Завтрак								
1	Котлета куриная(в) тушеная в томатном соусе*		ТПП/1029/3/1998	140(90/50)	13.959	12.803	14.933	230.763
2	Хлеб пшеничный		ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
3	Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
Итого за Завтрак:		90.00 р.		360	15.679	12.983	24.942	277.481
Итого за день:		90.00 р.		360	15.679	12.983	24.942	277.481
Суббота 15.02.25								
Завтрак								
1	Фрикасе из курицы		599/2022	90(45/45)	12.012	13.961	6.973	201.460
2	Рис отварной с маслом		934/3/1998.	85(80/5)	2.056	3.913	21.377	128.954
3	Хлеб пшеничный		ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
4	Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
Итого за Завтрак:		90.00 р.		395	15.788	18.054	38.359	377.132
Итого за день:		90.00 р.		395	15.788	18.054	38.359	377.132
Понедельник 17.02.25								
Завтрак								
1	Сыр п/твердых сортов порционный		54-1з-2020	10	2.680	2.730	0.000	36.100
2	Сосиски отварные(вес) с маслом		715/1998.	105(100/5)	0.853	5.517	0.260	55.605
3	Макаронные изделия отварные с маслом		940/3/1998.	82(80/2)	3.004	1.803	19.176	105.031
4	Хлеб пшеничный		ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
5	Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
Итого за Завтрак:		90.00 р.		417	8.257	10.23	29.445	243.454
Итого за день:		90.00 р.		417	8.257	10.23	29.445	243.454
Вторник 18.02.25								
Завтрак								
1	Плов с курицей(филе курицы)*		893/2/1998.	125(100/25)	8.947	10.846	27.002	241.191
2	Хлеб пшеничный		ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
3	Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
Итого за Завтрак:		90.00 р.		345	10.667	11.026	37.011	287.909
Итого за день:		90.00 р.		345	10.667	11.026	37.011	287.909
Среда 19.02.25								
Завтрак								
1	Запеканка творожная(п/ф)		ТТК	130	24.021	8.659	19.405	255.767
2	Соус клубничный*		1090/98.	10	0.019	0.000	4.174	17.024
3	Хлеб пшеничный		ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
4	Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
Итого за Завтрак:		90.00 р.		360	25.76	8.839	33.588	319.509
Итого за день:		90.00 р.		360	25.76	8.839	33.588	319.509
Четверг 20.02.25								
Завтрак								
1	Сыр п/твердых сортов порционный		54-1з-2020	10	2.680	2.730	0.000	36.100
2	Тефтели(биточки) "Натуральные"(в) тушеные в сметанном соусе с томатом		ТПП/1045/3/1998	140(90/50)	13.748	13.830	13.724	236.087
3	Хлеб пшеничный		ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
4	Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
Итого за Завтрак:		90.00 р.		370	18.148	16.74	23.733	319.705
Итого за день:		90.00 р.		370	18.148	16.74	23.733	319.705
Пятница 21.02.25								
Завтрак								

1	Котлета куриная(в) тушеная в томатном соусе*		ТПП/1029/3/1998	140(90/50)	13.959	12.803	14.933	230.763
2	Хлеб пшеничный		ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
3	Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
	Итого за Завтрак:	90.00 р.		360	15.679	12.983	24.942	277.481
	Итого за день:	90.00 р.		360	15.679	12.983	24.942	277.481
	Суббота 22.02.25							
	Завтрак							
1	Гуляш из говядины		827/3/98.	90(40/50)	11.977	14.078	6.519	194.761
2	Картофель отварной с маслом		423/3/1998.	102(100/2)	2.176	1.558	21.302	102.860
3	Хлеб пшеничный		ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
4	Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
	Итого за Завтрак:	90.00 р.		412	15.873	15.816	37.83	344.339
	Итого за день:	90.00 р.		412	15.873	15.816	37.83	344.339
	Понедельник 24.02.25							
	Завтрак							
1	Сыр п/твердых сортов порционный		54-1а-2020	10	2.680	2.730	0.000	36.100
2	Соиски отварные(вес) с маслом		715/1998.	105(100/5)	0.853	5.517	0.260	55.605
3	Макаронные изделия отварные с маслом		940/3/1998.	82(80/2)	3.004	1.803	19.176	105.031
4	Хлеб пшеничный		ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
5	Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
	Итого за Завтрак:	90.00 р.		417	8.257	10.23	29.445	243.454
	Итого за день:	90.00 р.		417	8.257	10.23	29.445	243.454
	Вторник 25.02.25							
	Завтрак							
1	Котлета куриная(в) тушеная в томатном соусе*		ТПП/1029/3/1998	140(90/50)	13.959	12.803	14.933	230.763
2	Хлеб пшеничный		ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
3	Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
	Итого за Завтрак:	90.00 р.		360	15.679	12.983	24.942	277.481
	Итого за день:	90.00 р.		360	15.679	12.983	24.942	277.481
	Среда 26.02.25							
	Завтрак							
1	Глов с курицей(филе курицы)*		893/2/1998.	125(100/25)	8.947	10.846	27.002	241.191
2	Хлеб пшеничный		ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
3	Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
	Итого за Завтрак:	90.00 р.		345	10.667	11.026	37.011	287.909
	Итого за день:	90.00 р.		345	10.667	11.026	37.011	287.909
	Четверг 27.02.25							
	Завтрак							
1	Тефтели(биточки) "Натуральные"(в) тушеные в томатном соусе*		ТПП/1029/3/1998	140(90/50)	13.445	10.202	13.618	202.264
2	Хлеб пшеничный		ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
3	Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
	Итого за Завтрак:	90.00 р.		360	15.165	10.382	23.627	248.982
	Итого за день:	90.00 р.		360	15.165	10.382	23.627	248.982
	Пятница 28.02.25							
	Завтрак							
1	Котлета куриная(в) тушеная в томатном соусе*		ТПП/1029/3/1998	140(90/50)	13.959	12.803	14.933	230.763
2	Хлеб пшеничный		ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
3	Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
	Итого за Завтрак:	90.00 р.		360	15.679	12.983	24.942	277.481
	Итого за день:	90.00 р.		360	15.679	12.983	24.942	277.481
	Суббота 01.03.25							
	Завтрак							
1	Фрикасе из курицы		599/2022	90(45/45)	12.012	13.961	6.973	201.460
2	Рис отварной с маслом		934/3/1998.	85(80/5)	2.056	3.913	21.377	128.954
3	Хлеб пшеничный		ТПП	20	1.520	0.180	9.940	45.200
4	Чай без сахара		1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	0.069	1.518
	Итого за Завтрак:	90.00 р.		395	15.788	18.054	38.359	377.132
	Итого за день:	90.00 р.		395	15.788	18.054	38.359	377.132
	ИТОГО ЗА Завтрак:	2160.00 р.		9082	364.088	310.018	740.278	7172.295
	ИТОГО ЗА ПЕРИОД:	2160.00 р.		9082	364.088	310.018	740.278	7172.295
	СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД:	90.00 р.		378.42	15.17	12.92	30.84	298.85
	СООТНОШЕНИЕ:				1	0.852	2.033	

Примечание:

Директор _____

Зав. произв. Медведев

Калькулятор _____

