



Утверждено
Генеральным директором
И.И. Ивановым
И.И. Иванов
г.п.п. Ланьно

Меню

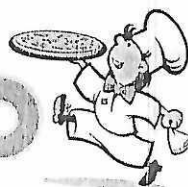
Завтраки для детей,
обучающихся 1-4 классы

(7-11 лет)

2023 г.



МЕНЮ



Номер сборника рецептур	Наименование блюд	Вес (г)	Цена (руб)	Белки	Жиры	Угле- воды	Калорий- ность (ккал)
1 день							
Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах							
ТТК 62	Салат из квашеной капусты без лука	80	8,4	1,3	4	6,1	66,4
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	150	11	5,5	4,4	33,3	198
ТТК 222	Гуляш из куриных грудок	50/50	40	14,7	5,8	4,3	129
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	59	4,1	6,2	1,3	40,7	198,9
ИТОГО :		589	67,00	27,90	15,50	104,40	670,00
2 день							
Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах							
ТТК 191	Каша гречневая вязкая	200	12,5	5,5	5,7	22,9	166,7
ТТК 38	Котлеты из филе грудки	60	27	12,7	5,1	10,8	139,3
ТТК 502	Бутерброд с сыром (40/20)	40/20	20	8,5	6,2	21	173,7
ТТК 94	Чай с молоком	200	7,5	1,5	1,6	15,8	81
ИТОГО :		520	67,00	28,20	18,60	70,50	560,70
3 день							
Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах							
415/96	Рис припущенный с томатом	150	14,5	4	5,2	33	194,8
ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	50/50	44,5	15,2	21,8	6	281
ТТК 93	Чай с лимоном	200/7	5,5	0,2	0	15,2	61,1
ТТК 7	Батон	50	2,5	3,6	1,1	21,4	110
ИТОГО :		507	67,00	23,00	28,10	75,60	646,90
4 день							
Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах							
302	Каша пшеничная вязкая	200	10,6	6	8,1	33,3	237,3
ТТК 234	Котлета домашняя	60	38	10,4	7,8	8,3	138,7
ТТК 16	Какао с молоком	200	16	3,6	2,7	22,9	127
ТТК 7	Батон	48	2,4	3,5	1,1	20,5	105,6
ИТОГО :		508	67,00	23,50	19,70	85,00	608,60
5 день							
Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах							
ТТК 26	Каша пшеничная молочная с маслом	200/10	23,5	8,1	10,8	39,9	290
ТТК 90	Сырники из творога	50	30	8	5,3	11,2	123,9
ТТК	Сгущенное молоко (порц)	10	4,3	0,7	0,9	5,6	32
ТТК 94	Чай с молоком	200	7,5	1,5	1,6	15,8	81
ТТК 7	Батон	34	1,7	2,4	0,7	14,6	74,8
ИТОГО :		504	67,00	20,70	19,30	87,10	601,70

Коды сборника рецептур	Наименование блюд	Вес (г)	Цена (руб)	Белки	Жиры	Угле- воды	Калорий- ность (ккал)
------------------------------	-------------------	---------	---------------	-------	------	---------------	-----------------------------

6 день

Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом						
ТТК 386	Бефстроганов (филе куриное)	170	12,4	6,2	5	37,7	224,4
ТТК 94	Чай с молоком	50/50	44,5	15,2	21,8	6	281
ТТК 7	Батон	200	7,5	1,5	1,6	15,8	81
		52	2,6	3,7	1,1	22,3	114,4
	ИТОГО :	522	67,00	26,60	29,50	81,80	700,80

7 день

Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 20	Картофельное пюре						
87/08	Суфле "Рыбка золотая" (минтай)	150	19	3,2	8,3	21,8	189
473/16	Напиток витаминный (изюм, шиповник)	90	36,9	13,7	13,6	14	228,7
ТТК 7	Батон	200	8	0,6	0	24,1	94,7
		62	3,1	4,5	1,4	26,5	136,4
	ИТОГО :	502	67,00	21,40	23,30	86,40	648,80

8 день

Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая						
ТТК 231	Соус красный основной	160	14,9	8,7	6,2	38,2	247,5
ТТК 451	Биточек	50	1,5	0,4	0,9	2,9	22
ТТК 94	Чай с молоком	60	40,2	10,7	8,2	9,9	155,3
ТТК 7	Батон	200	7,5	1,5	1,6	15,8	81
		58	2,9	4,2	1,3	24,8	127,6
	ИТОГО :	528	67,00	25,50	18,20	91,60	633,40

9 день

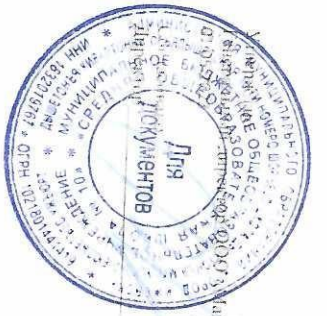
Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 62	Салат из квашеной капусты без лука						
ТТК 51	Плов из птицы	60	6,3	1	3	4,6	49,8
ТТК 95	Чай с сахаром	240	54,2	17,6	13,5	48,4	389,8
ТТК 7	Батон	200	3,5	0,2	0	20	77,7
		60	3	4,3	1,3	25,7	132
	ИТОГО :	560	67,00	23,10	17,80	98,70	649,30

10 день

Завтрак детей, обучающихся в 1-4 классах

196	Каша пшеничная молочная с маслом						
ТТК 90	Сырники из творога	200/10	23,5	8,5	9,7	32,3	251
ТТК	Сгущенное молоко (порц)	50	30	8	5,3	11,2	123,9
ТТК 93	Чай с лимоном	10	4,3	0,7	0,9	5,6	32
542/16	Булочка зерновая	200/7	5,5	0,2	0	15,2	61,1
		37	3,7	2,9	1,2	18,4	95,7
	ИТОГО :	514	67,00	20,30	17,10	82,70	563,70



Меню

Обеды для детей,
обучающихся 1-4 классы,

(7-11 лет)

2023 г.

Помер сборника рецептур	Наименование блюд	Вес (г)	Цена (руб)	Белки	Жиры	Угле- воды	Калорий- ность (ккал)
-------------------------------	-------------------	---------	---------------	-------	------	---------------	-----------------------------

6 день

Обед детей, обучающихся в 1-4 классах

129/04	Щи из квашеной капусты с картофелем со сметаной (200/10)	200/10	11,5	1,6	5,6	6,1	83,1
ТТК 386	Бефстроганов (мясо индейки)	50/50	58,5	17,4	12,5	5,6	196,7
ТТК 57	Рис припущенный	160	14,4	3,7	4,5	37,6	209,6
ТТК 183	Компот из изюма	200	8,5	0,3	0	30,2	117
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	59	4,1	6,2	1,3	40,7	198,9
ИТОГО :		729	97,00	29,20	23,90	120,20	805,30

7 день

Обед детей, обучающихся в 1-4 классах

ТТК82	Суп картофельный с горохом с мясом индейки	200/12,5	15,5	8,3	5,7	15,6	148
ТТК 451	Биточек	90	60,3	16,1	12,4	14,8	233
ТТК 21	Каша гречневая рассыпчатая	150	14	8,2	5,8	35,8	232
ТТК 231	Соус красный основной	30	0,9	0,2	0,5	1,7	13,2
ТТК 95	Чай с сахаром	200	3,5	0,2	0	20	77,7
ТТК 7	Батон	56	2,8	4	1,2	24	123,2
ИТОГО :		739	97,00	37,00	25,60	111,90	827,10

8 день

Обед детей, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 92	Уха со взбитым яйцом (минтай)	200	13,6	5	3,3	10,6	92,8
ТТК 41	Макаронные изделия отварные с маслом	160	11,7	5,9	4,7	35,5	211,2
ТТК 234	Котлета домашняя	90	57	15,6	11,6	12,5	208
ТТК 231	Соус красный основной	50	1,5	0,4	0,9	2,9	22
ТТК 94	Чай с молоком	200	7,5	1,5	1,6	15,8	81
542/16	Булочка зерновая	57	5,7	4,5	1,8	28,3	147,4
ИТОГО :		757	97,00	32,90	23,90	105,60	762,40

9 день

Обед детей, обучающихся в 1-4 классах

110	Борщ с квашеной капустой с курицей со сметаной (200/12,5/10)	200/12,5/10	21	4,5	7,2	10,1	123,2
ТТК 146	Суфле "Курочка ряба"	90	45	14,4	10,4	8,3	184,7
ТТК 20	Картофельное пюре	160	20,25	3,4	8,8	23,2	201,6
185	Напиток из сока	200	7,5	0	0	23,6	90
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	47	3,25	4,9	1	32,4	158,4
ИТОГО :		720	97,00	27,20	27,40	97,60	757,90

0 день

Обед детей, обучающихся в 1-4 классах

ТТК 56	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/10	13	2,1	5,8	13,9	116,7
ТТК 14	Жаркое по-домашнему (свинина)	250	68,5	13,4	29,3	25,9	424
ТТК 35	Компот из яблок и апельсин	200	10,5	0,3	0,1	30,9	121
ТТК 202	Булочка (хлеб) "Здоровье" из ржаной муки	50	3,5	5,3	1,1	34,5	168,5
ТТК 7	Батон	30	1,5	2,2	0,7	12,8	66
ИТОГО :		740	97,00	23,30	37,00	118,00	896,20