



с 11.10.21г по 08.21.10.21г

Двухнедельное меню для детей от 7 до 11 лет
11.10.21г.

I неделя понедельник

№ п/п	масса порции	продукты	брутто	нетто	цена	сумма	Пищевые вещества			№ рецептуры
							Белки	Жиры	Углеводы	
1	г		г	г	за кг	рубли				
	140	яйцо	2,5	100	7,50	18,75				
		молоко	30	30	63	1,89				
		масло слив	10	10	318,00	3,18				
2		сыр твердый	18	16	420,00	7,56	16,06	27,87	2,46	324,91
	50	хлеб	50	50	56,00	2,80	3,06	9,54	18,28	171,22
3	10	масло слив.	10	10	318,00	3,18	0,00	8,20	0,10	74,20
4	200	чай	1	1	363,00	0,36				
		сахар	15	15	68	1,02	0,20	0,00	14,00	56,80
5	123	яблоко	123	123	75	9,23	2,25	0,75	12,00	63,75
6	1	печенье	1	1	12,85	12,85	1,83	1,83	21,92	111,47
		соль йод.	3	3	16	0,05				
						60,87	23,40	48,19	68,76	802,35

I неделя вторник

12.10.21г.

№ п/п	продукты	масса порции	брутто	нетто	цена	сумма	Пищевые вещества			№ рецептуры
							Белки	Жиры	Углеводы	
		г	г	г	за кг	рубли				
1	завтрак 1 смена	г								
	Суфле творожное запеченное со сгущенным молоком	150/25	113	113	182	20,57				
			13	13	43	0,56				
			32	32	63	2,02				
			0,38	0,38	7,50	2,85				
			9	9	68	0,61				
			3	3	318	0,95				
			25	25	185	4,63	21,90	14,30	19,14	292,86
2	Хлеб пшеничный	50	50	50	54	2,70	3,06	9,54	18,28	171,22
3	Масло сливочное	10	10	10	318	3,18	0,00	8,20	0,10	74,20
4	Кофейный напиток	180	3	3	460	1,38				
			90	90	63	5,67				
			15	15	68	1,02	3,17	5,58	15,96	126,74
5	Фрукты свежие	100	100	100	75	7,50	0,62	0,62	15,19	68,82
6	кондитерское изделие	55	55	55	13,05	7,18				
			3	3	16	0,05				
						60,87	28,75	38,24	68,67	733,84

I неделя среда

13.10.21г.

№ п/п	продукты	масса порции	брутто	нетто	цена	сумма	Пищевые вещества			№ рецептуры
							Белки	Жиры	Углеводы	
		г	г	г	за кг	рубли				
1	завтрак 1 смена Гуляш из говядины	70	70	52	415,00	29,05				
	морковь		12	9	74	0,89				
	лук		6	4	36	0,22				
	томат паста		2	2	90,00	0,18				
	масло слив		2	2	318	0,64				
	мука пшеничная		4	4	43	0,17				
2	Каша пшенная гарнир	150	57	57	50	2,85	8,99	15,83	2,31	187,67
	пшено		6	6	318	1,91				
	масло слив.		50	50	56	2,80	6,60	5,73	37,89	229,53
3	Хлеб пшеничный	50	50	50	56	2,80	3,06	9,54	18,28	171,22
4	Масло сливочное	10	10	10	318	3,18	0,00	8,20	0,10	74,20
5	Чай с сахаром	200	1	1	363	0,36				
	чай		15	15	68	1,02	0,20	0,00	14,00	56,80
6	Фрукты свежие	130	135	135	130	17,55	1,95	0,65	10,40	55,25
	банан		3	3	16	0,05				
	соль йод.						20,80	39,95	82,98	774,67
						60,87				

I неделя четверг

14.10.21г.

№ п/п	продукты	масса порции	брутто	нетто	цена	сумма	Пищевые вещества			№ рецептуры
							Белки	Жиры	Углеводы	
		г	г	г	за кг	рубли				
1	завтрак 1 смена Котлеты рыбные "Любительские" с соусом	80/50	109	55	170,00	18,53				
			28	16	74	2,07				
			7	7	56	0,39				
			10	8	36	0,36				
			0,22	0,22	7,50	1,65				
			8	8	63	0,50				
			3	3	318	0,95				
			12	12	151	1,81				
			4	4	43	0,17				
			4	4	90	0,36				
2	Пюре картофельное	150	186	128	35	6,51				
			30	30	63	1,89				
			5	5	318	1,59				
3	Хлеб пшеничный	50	50	50	56	2,80				
4	Сыр твердый	15	16	15	420	6,72				
5	Чай с сахаром	200	1	1	363	0,36				
			15	15	68	1,02				
6	Фрукты свежие	101	101	101	130	13,13				
			4	4	16	0,06				
						60,87				
						22,27	39,67	76,65	752,71	

I неделя пятница

15.10.21г.

№ п/п	продукты	масса порции	брутто	нетто	цена	сумма	Пищевые вещества			№ рецептуры
							Белки	Жиры	Углеводы	
1	Плов из курицы	г	г	г	за кг	рубли				
	завтрак 1 смена	180	101	89	230	23,23				
	курица		7	7	155,00	1,09				
	масло раст		11	8	36,00	0,40				
	лук		10	7	74,00	0,74				
	морковь		2	2	90	0,18				
	томат - паста		41	41	52	2,13	22,42	18,80	39,46	416,72
2	Хлеб пшеничный	50	50	50	56	2,80	3,06	9,54	18,28	171,22
3	Масло сливочное	10	10	10	318	3,18	2,32	2,95	0,00	35,83
4	Какао с молоком	200	3	3	400	1,20				15
			95	95	63	5,99				
			15	15	68	1,02	3,52	3,72	25,49	149,52
5	Фрукты свежие	135	145		130	18,85	1,95	0,65	10,40	55,25
			3.5	3	16	0,06	33,27	35,66	93,63	828,54
						60,87				

II неделя вторник

19.10.21г.

№ п/п	продукты	масса порции	брутто	нетто	цена	сумма	Пищевые вещества			№ рецептуры
							Белки	Жиры	Углеводы	
	завтрак 1 смена	г	г	г	за кг	рубли				
1	Котлета из говядины с соусом	70/50	72	52	415	29,88				
	хлеб		11	11	56	0,62				
	хлеб зам.сух		13	13	56,00	0,73				
	лук		12	10	36,00	0,43				
	яйцо		0,1	0,1	7,50	0,75				
	масло раст		5	5	155,00	0,78	10,88	17,31	10,99	243,27
	сметана		12	12	151,00	1,81				
	мука пшеничная		4	4	43,00	0,17				
	томат паста		5	5	90,00	0,45	0,88	2,81	3,51	42,85
2	Макаронны отварные	150	53	53	47	2,49				
	масло слив		6	6	318	1,91	8,46	10,23	47,86	317,35
3	Хлеб пшеничный	50	50	50	56	2,80	3,06	9,54	18,28	171,22
4	Сыр твердый	10	11	10	420	4,62	2,32	2,95	0,00	35,83
5	Чай с сахаром	200	1	1	363	0,36				
	сахар		15	15	68	1,02	0,20	0,00	14,00	56,80
6	Фрукты свежие	155	160		75	12,00	0,62	0,62	15,19	68,82
	соль йод.		3	3	16	0,05				
						60,87	26,42	43,46	109,83	936,14

II неделя пятница

22.10.21г.

№ п/п	продукты	масса порции	брутто	нетто	цена	сумма	Пищевые вещества			№ рецептуры
							Белки	Жиры	Углеводы	
		г	г	г	за кг	рубли				
1	завтрак 1 смена омлет натуральный с сыром	140	2,5	100	7,50	18,75				
	молоко		28	28	63	1,76				
	масло слив		10	10	318,00	3,18				
	сыр твердый		18	16	420,00	7,56	16,06	27,87	2,46	324,91
2	Хлеб пшеничный	48	48	48	54,00	2,59	3,06	9,54	18,28	171,22
3	Масло сливочное	10	10	10	318,00	3,18	0,00	8,20	0,10	74,20
4	Чай с сахаром	200	1	1	363,00	0,36				
	сахар		15	15	68	1,02	0,20	0,00	14,00	56,80
5	Фрукты свежие	172	172	172	130	22,42	2,25	0,75	12,00	63,75
	соль йод.		3	3	16	0,05				
						60,87	21,57	46,36	46,84	690,88