

**Двухнедельное меню для детей от 7 до 11 лет**

22.11.21г.

**I неделя понедельник**

с 22.11.21г. г по 03.12.21г



№ п/п	продукты	масса порции	брутто	нетто	цена за кг	сумма	Пищевые вещества			№ рецептуры	
							Белки	Жиры	Углеводы		Ккал
1	завтрак 1 смена омлет натуральный с сыром	г 140	г 2,5 30 10	г 100 30 10	руб 7,50 63 318,00	руб 18,75 1,89 3,18					
2	Хлеб пшеничный	50	18	16	420,00	7,56	16,06	27,87	2,46	324,91	216
3	Масло сливочное	10	50	50	54,00	2,70	3,06	9,54	18,28	171,22	1
4	Чай с сахаром	200	10 1	10 1	318,00 363,00	3,18 0,36	0,00	8,20	0,10	74,20	14
5	Фрукты свежие	122	15	15	68	1,02	0,20	0,00	14,00	56,80	376
6	Кондитерское изделие	1	122 1	122 1	75 12,95	9,23 12,95	2,25	0,75	12,00	63,75	368
			3	3	16	0,05	1,83	1,83	21,92	111,47	
							23,40	48,19	68,76	802,35	
						60,87					

I неделя вторник

23.11.21г.

№ 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	150/25	113	113	182	20,57				
	Суфле творожное запеченное со сгущенным молоком		13	13	43	0,56				
	молоко		32	32	63	2,02				
	яйцо		0,38	0,38	7,50	2,85				
	сахар		9	9	68	0,61				
	масло слив		3	3	318	0,95				
2	Хлеб пшеничный		25	25	185	4,63	21,90	14,30	19,14	292,86
3	Масло сливочное	50	50	50	54	2,70	3,06	9,54	18,28	171,22
4	Кофейный напиток	180	10	10	318	3,18	0,00	8,20	0,10	74,20
			3	3	460	1,38				
			90	90	63	5,67				
			15	15	68	1,02	3,17	5,58	15,96	126,74
6	кондитерское изделие	1	1	1	12,95	12,95				395
			3	3	16	0,05				
						59,14	28,13	37,62	53,48	665,02



I неделя среда

24.11.21г.

№ п/п	продукты	масса порции	брутто	нетто	цена	сумма	Пищевые вещества			№ рецептуры
							Белки	Жиры	Углеводы	
1	Гуляш из говядины	г 70	г 70	г 52	за кг 415,00	рубли 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				
2	Мука пшеничная		4	4	43	0,17	8,99	15,83	2,31	187,67
	пшено	150	57	57	50	2,85				277
	масло слив.		6	6	318	1,91	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				
	сахар		15	15	68	1,02	0,20	0,00	14,00	56,80
6	Фрукты свежие	130	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

25.11.21г.

№ п/п	продукты	масса порции	брутто	нетто	цена	сумма	Пищевые вещества			№ рецептуры
							Белки	Жиры	Углеводы	
					за кг	рубли				
1	завтрак 1 смена Котлетит рыбные "Любительские" с соусом	г 80/50	г 109	г 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				
	соус		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	165	175	175	75	13,13				
			4	4	16	0,06				
						<b>60,87</b>				
						<b>22,27</b>				
						<b>39,67</b>				
						<b>76,65</b>				
						<b>752,71</b>				

I неделя вторник

26.11.21г.

№ п/п	продукты	масса порции	брутто	нетто	цена за кг	сумма	Пищевые вещества			№ рецептуры
							Белки	Жиры	Углеводы	
		г	г	г		рубли				
1	завтрак 1 смена Плов из курицы	180	101	89	230	23,23				
			7	7	155,00	1,09				
			11	8	36,00	0,40				
			10	7	74,00	0,74				
			2	2	90	0,18				
			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				
			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





I неделя вторник

30.11.21г.

№ 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 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	Макароны отварные	150	53	53	47	2,49				
	макароны		6	6	318	1,91	8,46	10,23	47,86	317,35
	масло слив		50	50	56	2,80	3,06	9,54	18,28	171,22
3	Хлеб пшеничный	50	11	10	420	4,62	2,32	2,95	0,00	35,83
4	Сыр твердый	10	1	1	363	0,36				
5	Чай с сахаром	200	15	15	68	1,02	0,20	0,00	14,00	56,80
	сахар		160		75	12,00	0,62	0,62	15,19	68,82
6	Фрукты свежие	155	3	3	16	0,05				
	яблоко									
	соль йод.									
						60,87	26,42	43,46	109,83	936,14



II неделя среда

01.12.21г.

№ п/п	продукты	масса порции	брутто	нетто	цена за кг	сумма	Пищевые вещества				№ рецептуры	
							Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		
1	Пудинг из творога со сгущенным молоком	150/20	114	112	182	20,75						
			12	12	48	0,58						
			12	12	68	0,82						
			0,25	0,25	7,50	1,88						
			14	14	220,00	3,08						
			5	5	318	1,59						
			6	6	56	0,34						
			5	5	151	0,76						
			20	20	188	3,76	27,84	18,00	32,40	402,96		223
2	Хлеб пшеничный	50	50	50	56	2,80	3,06	9,54	18,28	171,22		1
3	Сыр твердый	10	11	10	435	4,79	2,32	2,95	0,00	35,83		15
4	Какао с молоком	200	3	3	400	1,20						
			90	90	64	5,76						
			15	15	68	1,02	3,52	3,72	25,49	149,52		382
5	Фрукты свежие	150	150		78	11,70	0,62	0,62	15,19	68,82		368
			2,5	2,5	16	0,04						
						<b>60,87</b>	<b>37,36</b>	<b>34,83</b>	<b>91,36</b>	<b>828,35</b>		



02.12.21г.

II неделя четверг

№ п/п	масса порции	продукты	брутто	нетто	цена за кг	сумма	Пищевые вещества				№ рецептуры	
							Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		
	г		г	г		рубли						
	120	минтай	95	80	170,00	16,15						
1		морковь	17	14	74	1,26						
		лук	11	9	36	0,40						
		томат-паста	4	4	90,00	0,36				5,22	121,80	229
		масло раст	5	5	155	0,78						
		картофель	182	128	35	6,37						
2	150	молоко	30	30	64	1,92						
		масло слив.	5	5	318	1,59				6,06	20,52	150,22
		хлеб	50	50	56	2,80				9,54	18,28	171,22
		масло слив.	10	10	318,00	3,18				8,20	0,10	74,20
3	50	чай сухой	1	1	363	0,36						
4	200	молоко	90	90	64	5,76						
		сахар	15	15	68	1,02				5,50	15,90	124,98
		банан	145	145	130	18,85				2,10	11,20	59,50
6	145	соль йод.	4,5	4,5	16	0,07				22,63	36,28	71,22
						60,87						701,92

## II неделя пятница

03.12.21г.

№ п/п	№ рецептуры	Пищевые вещества	сумма	цена за кг	нетто	брутто	продукты	масса порции	брутто		цена		сумма	Пищевые вещества			№ рецептуры
									г	г	г	за кг		г	руб	Белки	
1	Тефтели с соусом		32,19	418	56	77	говядина	75/50									
			0,73	56	13	13	хлеб										
			0,94	36	24	26	лук										
			0,62	155,00	4	4	масло раст										
			0,22	44,00	5	5	мука пшеничная										
			0,62	155,00	4	4	масло раст						5,09	5,64	6,43	96,87	287
			1,81	151,00	12	12	сметана										
			0,18	44,00	4	4	мука пшеничная										
2	Рис отварной гарнир		0,45	90,00	5	5	томат паста	150					0,88	2,81	3,51	42,85	355
			3,19	57	56	56	рис										
			1,59	318	5	5	масло слив.						3,60	4,32	37,53	203,40	302
3	Хлеб пшеничный		2,80	56	50	50	хлеб	50					3,06	9,54	18,28	171,22	1
4	Масло сливочное		3,18	318	10	10	масло слив	10					0,00	8,20	0,10	74,20	14
5	Чай с сахаром		0,36	363	1	1	чай сухой	200									
			1,02	68	15	15	сахар						0,20	0,00	14,00	56,80	376
6	Фрукты свежие		10,92	78	140	140	яблоко	140					0,56	0,56	13,72	62,16	368
			0,05	16	3	3	соль йод.										
			<b>60,87</b>									<b>13,39</b>	<b>31,07</b>	<b>93,57</b>	<b>707,50</b>		