

Двухнедельное меню для детей от 7 до 11 лет с 28.02.22г. По 11.03.22г.

II неделя понедельник

28.02.22г.

№ п/п	масса порции	продукты	брутто	нетто	цена	сумма	Пищевые вещества			№ рецептуры
							Белки	Жиры	Углеводы	
	г		г	г	за кг	рубли				
1	180	говядина	64	47	418	26,75				
		картофель	201	120	35	7,04				
		лук	13	11	36	0,47				
		масло раст	5	5	155	0,78				
		томат-паста	2	2	90,00	0,18	26	7	20	247
2	50	хлеб	50	50	56	2,80	3	10	18	174
3	10	масло слив.	10	10	318	3,18	0	8	0	72
4	180	кофе	2	2	390	0,78				
		молоко	90	90	64	5,76				
		сахар	14	14	68	0,95	3	6	16	130
5	165	яблоко	165	165	78	12,87	1	1	16	77
6	40	пряник	40	40	86	3,44	2	2	26	130
		соль йод.	4,5	4,5	16	0,07				
						65,07	35,0	34,0	96,0	830,0



II неделя вторник

01.03.22г.

№ п/п	продукты	масса порции	брутто	нетто	цена	сумма	Пищевые вещества				№ рецептуры	
							Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		
		г	г	г	за кг	рубл						
1	завтрак 1 смена	180	101	89	240	24,24						
	Плов из курицы		7	7	155,00	1,09						
	масло раст		12	10	36,00	0,43						
	лук		11	8	74,00	0,81						
	морковь		2	2	90	0,18						
	томат - паста		43	43	57	2,45	17	14	30	314	291	
	рис		50	50	56	2,80	3	10	18	174	1	
2	Хлеб пшеничный	50	10	10	318	3,18	0	8	0	72	14	
3	Масло сливочное	10	11	10	435	4,79	2	3	0	35	15	
4	Сыр твердый	10	3	3	400	1,20						
5	Какао с молоком	200	95	95	64	6,08	4	4	26	156	382	
	молоко		15	15	68	1,02	1	1	17	81	368	
	сахар		180	25	78	14,04	2	17	19	237		
6	Фрукты свежие	180	25	25	108	2,70						
7	Кондитерское изделие	25	3,5	3,5	16	0,06						
	соль йод.					65,07	29,0	57,0	110,0	1069,0		

02.03.22г.

II неделя среда

№ п/п	№ рецептуры	масса порции	продукты	брутто	нетто	цена за кг	сумма	Пищевые вещества				
								Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	
1	Гуляш из говядины	90	говядина	90	67	418	рубл					
							37,62					
							0,96					
							0,36					
							0,18					
							0,64					
			томат паста	2	2	90,00						
			масло слив	2	2	318,00						
			мука пшеничная	4	4	44,00	12	20	3	240	277	
2	Макаронны отварные гарнир	150	макаронны	53	53	47	2,49					
							1,59	9	10	48	318	
							2,80	3	10	18	174	
3	Хлеб пшеничный	50	хлеб	50	50	56	3,18	0	8	0	72	
							0,36					
4	Масло сливочное	10	масло слив	10	10	318	1,02	0	0	14	57	
							13,65	1	1	17	81	
5	Чай с сахаром	200	чай сухой	1	1	68	0,04					
							13,65	1	1	17	81	
6	Фрукты свежие	175	яблоко	175	175	78	13,65					
							0,04					
			соль йод.	2,5	2,5	16	65,07	25,0	49,0	100,0	942,0	

II неделя четверг

03.03.22г.

№ п/п	продукты	масса порции	брутто	нетто	цена	сумма	Пищевые вещества				№ рецептуры	
							Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		
1	завтрак 1 смена Рыба тушенная с овощами	г 120	г 95	г 80	за кг 170,00	рубли 16,15						
	минтай		17	14	74	1,26						
	морковь		11	9	36	0,40						
	лук		4	4	90,00	0,36						
	томат-паста		5	5	155	0,78	11	6	5	118	229	
2	масло раст		174	102	35	6,09						
	картофель	120	24	24	64	1,54						
	молоко		4	4	318	1,27	3	6	21	150	321	
3	масло слив.		50	50	56	2,80	3	10	18	174	1	
4	хлеб	50	10	10	318,00	3,18	0	8	0	72	14	
5	Масло сливочное	10	1	1	363	0,36						
	чай сухой	200	90	90	64	5,76						
	молоко		15	15	68	1,02	3	6	16	130	394	
6	сахар	185	185	185	130	24,05	2	1	11	61	368	
	банан		3	3	16	0,05						
	соль йод.						22,0	37,0	71,0	705,0		
						65,07						

II неделя пятница

04.03.22г.

№ п/п	№ рецептуры	масса порции	продукты	брутто	нетто	цена за кг	сумма	Пищевые вещества				№ рецептуры
								Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	
1	завтрак 1 смена	г	творог	г	г	за кг	рубли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	
	Сырники из творога со стученным	130/20		130	130	182	23,66					
	молоком		мука пшеничная	18	18	44	0,79					
			сахар	13	13	68	0,88					
			яйцо	0,16	0,16	7,50	1,20					
			масло раст	7	7	155	1,09					
			молоко стученное	20	20	188	3,76	24	17	15	309	219
2	Какао с молоком	180	какао	2	2	400	0,80					
			молоко	90	90	64	5,76					
			сахар	15	15	68	1,02	3	0	23	104	382
3	Фрукты свежие	180	банан	180		130	23,40	3	1	14	77	368
4	Кондитерское изделие	25	печенье	25	25	108	2,70	2	17	19	237	
			соль йод.	0,5	0,5	16	0,01					
							65,07	32,0	35,0	71,0	727,0	

I неделя суббота

05.03.22г.

№ п/п	продукты	масса порции	брутто	нетто	цена	сумма	Пищевые вещества				№ рецептуры	
							Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		
		г	г	г	за кг	рубли						
1	завтрак 1 смена Рагу из курицы	180	83	74	240,00	19,92						
			2	2	155	0,31						
			137	82	35,00	4,80						
			22	17	74,00	1,63						
			5	5	90,00	0,45						
			12	10	36,00	0,43						
			4	4	155,00	0,62						
			1	1	44,00	0,04	12	17	17	269	56	
2	Хлеб пшеничный	50	50	50	56,00	2,80	3	10	18	174	1	
3	Масло сливочное	10	10	10	318,00	3,18	0	8	0	72	14	
4	Сыр твердый	10	10,7	10	435,00	4,65	2	3	0	35	15	
5	Чай с молоком	200	1	1	363,00	0,36						
			90	90	64,00	5,76						
			15	15	68	1,02	3	6	16	130	394	
6	Фрукты свежие	200	200		78	15,60	1	1	20	93	368	
7	Кондитерское изделие	40	40	40	86	3,44	2	2	26	130		
			3,5	3,5	16	0,06						
						65,07	23,0	47,0	97,0	903,0		

I неделя среда

09.03.22г.

№ п/п	№ рецептуры	масса порции	продукты	брутто	нетто	цена	сумма	Пищевые вещества			№ рецептуры
								Белки	Жиры	Углеводы	
		г		г	г	за кг	рубли				
1		70/50	говядина	72	52	418	30,10				
			хлеб	11	11	56	0,62				
			хлеб зам.сух	13	13	56,00	0,73				
			лук	14	12	36,00	0,50				
			яйцо	0,1	0,1	7,50	0,75				
			масло раст	5	5	155,00	0,78	11	17	11	241
	соус		сметана	12	12	151,00	1,81				
			мука пшеничная	4	4	44,00	0,18				
			томат паста	4	4	90,00	0,36	1	3	4	47
2		150	крупа гречневая	57	57	110	6,27				
			масло слив	6	6	318	1,91	9	6	39	246
3		50	хлеб	50	50	56	2,80	3	10	18	174
4		10	масло слив	10	10	318	3,18	0	8	0	72
5		200	чай сухой	1	1	363	0,36				
			сахар	15	15	68	1,02	0	0	14	57
6		175	яблоко	175		78	13,65	1	1	17	81
			соль йод.	3	3	16	0,05				
							65,07	25,0	45,0	103,0	918,0

11.03.22г.

I неделя пятница

№	рецептуры	Пищевые вещества					сумма	цена	нетто	брутто	продукты	брутто	нетто	цена	сумма	Пищевые вещества			№
		Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Белки										Жиры	Углеводы	Ккал	
						рубли	за кг	г	г										
						20,75	182	114	114	творог	114	114	182	20,75					
						0,48	44	11	11	мука пшеничная	11	11	44	0,48					
						2,05	64	32	32	молоко	32	32	64	2,05					
						2,85	7,50	0,38	0,38	яйцо	0,38	0,38	7,50	2,85					
						0,61	68	9	9	сахар	9	9	68	0,61					
						0,95	318	3	3	масло слив	3	3	318	0,95					
						3,76	188	20	20	молоко сгущенное	20	20	188	3,76	15	10	13	202	84
						0,80	400	2	2	какао	2	2	400	0,80					
						5,76	64	90	90	молоко	90	90	64	5,76	4	4	26	156	382
						1,02	68	15	15	сахар	15	15	68	1,02	3	1	16	85	368
						26,00	130	200	200	банан	200	200	130	26,00					
						0,04	16	2,5	2,5	соль йод.	2,5	2,5	16	0,04	22,0	15,0	55,0	443,0	
						65,07								65,07					