

Согласовано:


Утверждаю:

начальник КШП

МКУ «КП и СР»

  
Шуплецов В.В.

“29” 03 2024г

**МЕНЮ**  
**для организованного питания**  
**детей участников СВО**  
**1 смена**

## 1 неделя

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	микроэлементы				витамины		№ рецептуры
		Белки	жиры	углеводы		Na	K	Ca	Fe	B	C	
<b>понедельник</b>												
<b>Завтрак</b>												
котлета рубленая из птицы	100	22,0	16,0	18,0	230,0	716,0	748,0	42,0	0,0	0,0	0,0	498/4
рожки отварные	180	4,0	7,0	46,0	274,0	1210,0	66,0	13,0	1,0	0,0	0,0	273/96
напиток лимонный	200	0,0	0,0	24,0	96,0	2,0	27,0	7,0	0,0	0,0	6,0	312.01
батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	35.02 ттк
<b>итого</b>	<b>555</b>	<b>32,0</b>	<b>25,0</b>	<b>128,0</b>	<b>806,0</b>	<b>2162,0</b>	<b>915,0</b>	<b>75,0</b>	<b>2,0</b>	<b>0,0</b>	<b>6,0</b>	
<b>вторник</b>												
<b>Завтрак</b>												
биточек рубленый из свинины	100	14,00	31,00	18,00	405,00	1281,00	71,00	47,00	2,00	0,00	0,00	416/96
рис отварной	180	16,0	7,0	37,0	267,0	392,00	528,00	78,00	4,00	0,00	0,00	465/96
напиток из кураги	200	1,00	0,00	28,00	118,00	3,0	285,0	25,0	1,0	0,0	1,0	651/96
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35.01 ттк
<b>итого</b>	<b>555</b>	<b>38,00</b>	<b>41,00</b>	<b>126,00</b>	<b>1011,00</b>	<b>2126,0</b>	<b>1029,0</b>	<b>174,0</b>	<b>9,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,0</b>	
<b>среда</b>												
<b>Завтрак</b>												
шницель рубленый из говядины L	100	15,0	17,0	19,0	294,0	707,0	298,0	49,0	2,0	5,0	1,0	283.33
пюре картофельное по-домашнему	180	4,0	7,0	23,0	180,0	809,0	1023,0	32,0	1,0	0,0	36,0	226.03 ттк
напиток из смеси сухофруктов	200	3,0	0,0	26,0	171,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	588/96
Батон оздоровительный	75	5,0	2,0	36,0	182,0	350,0	70,0	13,0	1,0	0,0	0,0	882.06
<b>итого</b>	<b>555</b>	<b>27,0</b>	<b>26,0</b>	<b>104,0</b>	<b>827,0</b>	<b>1866,0</b>	<b>1392,0</b>	<b>94,0</b>	<b>4,0</b>	<b>5,0</b>	<b>37,0</b>	
<b>четверг</b>												
<b>Завтрак</b>												
котлета рябушка	100	22,00	10,00	18,00	262,00	733,00	88,00	46,00	1,00	0,00	1,00	528.08
каша гречневая рассыпчатая	180	7,00	12,00	34,00	266,00	700,00	204,00	20,00	4,00	0,00	0,00	465/96
напиток яблочный	200	2,0	0,0	27,0	111,0	7,00	70,00	4,00	1,00	0,00	4,00	190
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35.01 ттк
<b>итого</b>	<b>555</b>	<b>38,00</b>	<b>25,00</b>	<b>121,00</b>	<b>862,00</b>	<b>1890,0</b>	<b>527,0</b>	<b>94,0</b>	<b>8,0</b>	<b>0,0</b>	<b>5,0</b>	
<b>пятница</b>												
<b>Завтрак</b>												
биточек рубленый из говядины	100	17,00	16,00	18,00	280,00	664,0	72,0	642,0	0,0	0,0	3,0	451/4
вермишель отварная	180	6,00	6,00	43,00	253,00	126,00	77,00	24,00	1,00	0,00	0,00	273/96
напиток из плодов шиповника	200	0,0	0,0	20,0	96,0	0,0	27,0	7,0	0,0	0,0	0,0	311
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35.01 ттк
<b>итого</b>	<b>555</b>	<b>30,0</b>	<b>25,0</b>	<b>123,0</b>	<b>862,0</b>	<b>1240,0</b>	<b>341,0</b>	<b>697,0</b>	<b>3,0</b>	<b>0,0</b>	<b>3,0</b>	
<b>суббота</b>												
<b>Завтрак</b>												
котлета московская	100	15,0	20,0	13,0	293,0	699,0	261,0	16,0	2,0	0,0	0,0	475/97
пюре гороховое по-домашнему	180	9,0	4,0	20,0	156,0	785,0	293,0	43,0	3,0	0,0	0,0	284.01 ттк
напиток апельсиновый	200	0,0	0,0	26,0	100,0	3,0	44,0	8,0	0,0	0,0	13,0	312
батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	35.02 ттк
<b>итого</b>	<b>555</b>	<b>30,0</b>	<b>26,0</b>	<b>99,0</b>	<b>755,0</b>	<b>1721,0</b>	<b>672,0</b>	<b>80,0</b>	<b>6,0</b>	<b>0,0</b>	<b>13,0</b>	
<b>итого за 6 дней</b>					<b>5113,0</b>							
<b>среднее значение за период</b>					<b>852,2</b>							

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	микроэлементы				витамины		№ рецептур
		белки	жиры	углеводы		Na	K	Ca	Fe	B	C	
<b>2 неделя</b>												
<b>понедельник</b>												
<b>Завтрак</b>												
котлета домашняя	100	14,0	19,0	12,0	247,0	695,0	254,0	16,0	2,0	0,0	0,0	476/97
рис отварной	180	16,00	7,00	37,00	267,00	392,0	528,0	78,0	4,0	0,0	0,0	465/96
Комлот из изюма	200	0,0	0,0	28,0	109,0	24,00	32,00	16,00	0,00	0,00	0,00	702/97
батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	35.02 ттк
<b>итого</b>	<b>555</b>	<b>36,0</b>	<b>28,0</b>	<b>117,0</b>	<b>829,0</b>	<b>1345,0</b>	<b>888,0</b>	<b>123,0</b>	<b>7,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	
<b>вторник</b>												
<b>Завтрак</b>												
зразы ленивые	100	10,00	16,00	17,00	252,00	661,00	129,00	45,00	1,00	0,00	4,00	300.04
каша гречневая рассыпчатая	180	7,0	12,0	34,0	266,0	700,0	204,0	20,0	4,0	0,0	0,0	297/4
напиток апельсиновый	200	0,0	0,0	28,0	100,0	3,0	44,0	8,0	0,0	0,0	13,0	312
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35.01 ттк
<b>итого</b>	<b>555</b>	<b>24,0</b>	<b>31,00</b>	<b>119,0</b>	<b>841,0</b>	<b>1814,0</b>	<b>542,0</b>	<b>97,0</b>	<b>7,0</b>	<b>0,0</b>	<b>17,0</b>	
<b>среда</b>												
<b>Завтрак</b>												
кнели студенческие из горбуши	100	18,0	9,0	7,0	185,0	505,0	46,0	31,0	0,0	0,0	0,0	729.04
пюре картофельное по-домашнему	180	4,0	6,0	29,0	191,0	809,0	1023,0	32,0	1,0	0,0	36,0	226.03 ттк
напиток из смеси сухофруктов	200	3,0	0,0	28,0	171,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	588/96
батон оздоровительный	75	5,0	2,0	36,0	182,0	350,0	70,0	13,0	1,0	0,0	0,0	882.06
<b>итого</b>	<b>555</b>	<b>30,0</b>	<b>17,0</b>	<b>98,0</b>	<b>729,0</b>	<b>1664,0</b>	<b>1140,0</b>	<b>76,0</b>	<b>2,0</b>	<b>0,0</b>	<b>36,0</b>	
<b>четверг</b>												
<b>Завтрак</b>												
биточек рубленый из птицы	100	19,0	10,0	18,0	234,0	788,0	311,0	54,0	2,0	0,0	0,0	498/4
рожон отварные	180	4,0	7,0	46,0	274,0	1210,0	66,0	13,0	1,0	0,0	0,0	273/96
напиток из кураги	200	1,0	0,0	28,0	116,0	3,0	265,0	25,0	1,0	0,0	1,0	651/96
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35.01 ттк
<b>итого</b>	<b>555</b>	<b>31,0</b>	<b>20,0</b>	<b>134,0</b>	<b>847,0</b>	<b>2451,0</b>	<b>807,0</b>	<b>116,0</b>	<b>6,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,0</b>	
<b>пятница</b>												
<b>Завтрак</b>												
котлета московская (К)	100	16,00	19,00	13,00	283,00	707,0	211,0	20,0	1,0	0,0	1,0	379.23
рис припущенный	180	2,00	11,00	25,00	209,00	2,0	31,0	1,0	0,0	0,0	0,0	4.85
напиток из плодов шиповника	200	0,0	0,0	20,0	96,0	0,0	27,0	7,0	0,0	0,0	0,0	773/ттк
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35.01 ттк
<b>итого</b>	<b>555</b>	<b>25,0</b>	<b>33,0</b>	<b>100,0</b>	<b>811,0</b>	<b>1159,0</b>	<b>434,0</b>	<b>62,0</b>	<b>3,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,0</b>	
<b>суббота</b>												
<b>Завтрак</b>												
шницель рубленый из говядины	100	13,0	16,0	18,0	290,0	498,0	72,0	642,0	0,0	0,0	3,0	451/4
каша гречневая рассыпчатая	180	7,0	12,0	34,0	266,0	700,0	204,0	20,0	4,0	0,0	0,0	297/4
напиток яблочный	200	2,0	0,0	27,0	111,0	26,0	98,0	65,0	1,0	0,0	1,0	190/ттк
батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	35.02 ттк
<b>итого</b>	<b>555</b>	<b>28,0</b>	<b>30,0</b>	<b>119,0</b>	<b>873,0</b>	<b>1458,0</b>	<b>448,0</b>	<b>740,0</b>	<b>6,0</b>	<b>0,0</b>	<b>4,0</b>	
<b>итого за 6 дней</b>					<b>4930,0</b>							
<b>среднее значение за период</b>					<b>821,7</b>							

Примечание:

Для приготовления блюд используются:

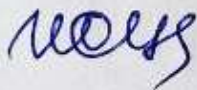
- соль йодированная

- режисен "РД"

При составлении меню использована нормативная документация: сборники рецептур 1996г, 1997г, 2004г, ТТК.

В примерном меню допускается замена продуктов, блюд и кулинарных изделий на другие при условии их соответствия по пищевой ценности и в соответствии с таблицей замены пищевых продуктов.

главный технолог



Исупова Л.И.