

Согласовано:

Директор  
МБОУ "СОШ №71" г.Кирова  
*Банникова*  
Н.Н. Банникова

71  
Утверждаю:

начальник КШП

МКУ "КП и СП"

Сунцов Ф.В.

“ 01 ” 11 2023г

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

меню для детей участников СВО 1 смена 81-50  
1 неделя

дата: 08.09.2021

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	микроэлементы				витамины		№ рецептур
		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 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
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>33,0</b>	<b>25,0</b>	<b>132,0</b>	<b>826,0</b>	<b>2163,0</b>	<b>1153,0</b>	<b>93,0</b>	<b>3,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,0</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	422/96
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 яблочный	200	2,00	0,00	27,00	111,00	7,0	70,0	4,0	1,0	0,0	4,0	190ттк
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	35,01ттк
<b>итого</b>	<b>555</b>	<b>35,00</b>	<b>26,00</b>	<b>123,00</b>	<b>853,00</b>	<b>1510,0</b>	<b>892,0</b>	<b>151,0</b>	<b>8,0</b>	<b>0,0</b>	<b>8,0</b>	
<b>среда</b>												
<b>Завтрак</b>												
котлета из рыбы	100	16,0	10,0	20,0	221,0	664,0	74,0	42,0	0,0	0,0	0,0	324/96
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	226,03ттк
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>28,0</b>	<b>19,0</b>	<b>105,0</b>	<b>754,0</b>	<b>1823,0</b>	<b>1168,0</b>	<b>87,0</b>	<b>2,0</b>	<b>0,0</b>	<b>36,0</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	526,06
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 из плодов шиповника	200	0,0	0,0	20,0	96,0	0,00	27,00	1,00	0,00	0,00	0,00	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	35,01ттк
<b>итого</b>	<b>555</b>	<b>36,00</b>	<b>25,00</b>	<b>114,00</b>	<b>847,00</b>	<b>1883,0</b>	<b>484,0</b>	<b>91,0</b>	<b>7,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,0</b>	
<b>пятница</b>												
<b>Завтрак</b>												
шницель рубленый из говядины	100	13,00	16,00	18,00	290,00	498,0	72,0	642,0	0,0	0,0	0,0	112,75
рагу из овощей	180	3,00	7,00	19,00	158,00	875,00	332,00	58,00	2,00	0,00	3,00	215/96
напиток лимонный	200	0,0	0,0	24,0	96,0	2,0	27,0	7,0	0,0	0,0	6,0	312,01ттк
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	35,01ттк
<b>итого</b>	<b>555</b>	<b>23,0</b>	<b>26,0</b>	<b>103,0</b>	<b>767,0</b>	<b>1825,0</b>	<b>596,0</b>	<b>731,0</b>	<b>4,0</b>	<b>0,0</b>	<b>9,0</b>	
<b>суббота</b>												
<b>Завтрак</b>												
биточек рубленый из говядины	100	17,0	16,0	18,0	280,0	664,0	72,0	642,0	0,0	0,0	3,0	451/4
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
Компот из изюма	200	0,0	0,0	28,0	109,0	24,0	32,0	16,0	1,0	0,0	0,0	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>32,0</b>	<b>22,0</b>	<b>106,0</b>	<b>751,0</b>	<b>1707,0</b>	<b>471,0</b>	<b>714,0</b>	<b>5,0</b>	<b>0,0</b>	<b>3,0</b>	
<b>итого за 6 дней</b>					<b>4798,0</b>							
<b>среднее значение за период</b>					<b>799,7</b>							

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	микроэлементы				витамины		№ рецептур ы
		белки	жиры	углеводы		Na	K	Ca	Fe	B	C	
<b>2 неделя</b>												
<b>понедельник</b>												
<b>Завтрак</b>												
котлета рубленая из говядины	100	17,0	16,0	18,0	247,0	664,0	72,0	643,0	0,0	0,0	3,0	451/4
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
напиток апельсиновый	200	0,0	0,0	26,0	100,0	3,00	44,00	8,00	0,00	0,00	13,00	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>39,0</b>	<b>25,0</b>	<b>121,0</b>	<b>820,0</b>	<b>1293,0</b>	<b>718,0</b>	<b>742,0</b>	<b>5,0</b>	<b>0,0</b>	<b>16,0</b>	
<b>вторник</b>												
<b>Завтрак</b>												
колбаски школьные из говядины	100	18,00	18,00	11,00	273,00	589,00	306,00	18,00	1,00	0,00	0,00	358,04
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 лимонный	200	0,0	0,0	24,0	96,0	2,0	27,0	7,0	0,0	0,0	6,0	312,01 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>32,0</b>	<b>33,00</b>	<b>111,0</b>	<b>858,0</b>	<b>1741,0</b>	<b>702,0</b>	<b>69,0</b>	<b>7,0</b>	<b>0,0</b>	<b>6,0</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	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>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
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 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>556</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>52,0</b>	<b>3,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,0</b>	
<b>суббота</b>												
<b>Завтрак</b>												
биточек рубленый из говядины	100	17,0	16,0	18,0	280,0	664,0	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>32,0</b>	<b>30,0</b>	<b>119,0</b>	<b>863,0</b>	<b>1624,0</b>	<b>448,0</b>	<b>740,0</b>	<b>6,0</b>		<b>4,0</b>	
<b>итого за 6 дней</b>					<b>4928,0</b>							
<b>среднее значение за период</b>					<b>821,3</b>							

Примечание:

Для приготовления блюд используются:

- соль йодированная

- рекицен "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*

Исупова Л.И.