

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ _____

УТВЕРЖДАЮ

генеральный директор АО "КШП"

"Комбинат школьного питания"

общество с

ограниченной

ответственностью

«Комбинат

школьного

питания»

Е.А. Горобченко

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ПИТАНИЕ ЗАВТРАК

Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
1 Неделя						
1 День						
Дополнительное питание (172)						
Чай с сахаром	ТТК 1855/26	200,00	0,19	0,04	9,22	36,00
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ТТК 1871/26	50,00	3,34	0,50	22,06	108,00
Сыр порционно	ТТК 1694/26	10,00	2,24	2,30		29,64
Завитушка с корицей	ТТК 1895/26	75,00	1,37	9,61	19,00	126,10
Молоко сгущенное	ТТК 1832/26	10,00	0,72	0,85	5,55	31,74
Сырник с яблоком	ТТК 1650/26	90,00	9,99	5,22	10,25	170,10
Яблоко	ТТК 1923/26	120,00	1,15	0,48	13,92	58,42
Итого:		555,00	19,00	19,00	80,00	560,00
Итого за день:		555,00	19,00	19,00	80,00	560,00
2 День						
Дополнительное питание (172)						
Паста "Школьная" с томатом	ТТК 1814-1/26	250,00	13,62	18,10	30,35	334,70
Напиток "Грушенька"	ТТК 1706/26	200,00	0,02	0,01	9,68	36,82
Батон	ТТК 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
Груша	ТТК 1828/26	140,00	0,56	0,42	14,98	65,94
Огурец свежий	ТТК 1930/26	100,00	0,80	0,10	2,80	15,00
Итого:		730,00	18,20	18,99	77,81	548,50
Итого за день:		730,00	18,20	18,99	77,81	548,50
3 День						
Дополнительное питание (172)						
Каша молочная рисовая с ягодами	ТТК 1822/26	200,00	4,73	3,15	20,04	187,40
Оладьи	ТТК 1651/26	90,00	7,56	13,57	5,70	117,03
Молоко сгущенное	ТТК 1832/26	15,00	1,08	1,28	8,33	47,61
Чай с молоком	ТТК 1857/26	180,00	1,05	0,95	9,68	49,52
Батон	ТТК 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
Апельсин	ТТК 1829/26	160,00	1,44	0,32	13,44	62,40
Итого:		685,00	19,06	19,63	77,19	560,00
Итого за день:		685,00	19,06	19,63	77,19	560,00
4 День						
Дополнительное питание (172)						
Огурцы по-деревенски	ТТК 1932/26	55,00	0,52	5,45	2,04	58,03
Котлеты "Деревенские"	ТТК 1685/26	100,00	7,59	4,90	0,50	188,46
Булгур с маслом	ТТК 1667/26	180,00	5,13	4,01	37,80	209,57
Маффин ванильный	ТТК 1886/26	60,00	2,88	3,62	16,49	110,04
Батон	ТТК 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Кофейный напиток	ТТК 1861/26	200,00	1,43	1,13	15,49	76,28
Итого:		615,00	19,15	19,29	82,32	690,40
Итого за день:		615,00	19,15	19,29	82,32	690,40
5 День						
Дополнительное питание (172)						
Батон	ТТК 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Макароны с сыром	ТТК 1970/26	185,00	10,21	18,69	36,52	309,30
Шницель куриный	ТТК 1684/26	100,00	6,89	0,76	23,96	147,10
Огурец свежий	ТТК 1930/26	100,00	0,80	0,10	2,80	15,00
Напиток "Каркаде"	ТТК 1708/26	200,00	0,04		9,31	35,44
Итого:		605,00	19,54	19,73	82,59	554,86
Итого за день:		605,00	19,54	19,73	82,59	554,86
6 День						
Дополнительное питание (172)						
Огурец свежий	ТТК 1930/26	80,00	0,64	0,08	2,24	12,00
Бефстроганов из печени	ТТК 1803-1/26	100,00	9,25	2,00	25,78	183,45
Рагу овощное	ТТК 1657-2/26	180,00	2,85	4,82	22,12	138,48
Чай с молоком сгущенным	ТТК 1856/26	200,00	1,46	1,55	9,72	67,50
Батон	ТТК 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Слойка с малиной	ТТК 1889/26	75,00	3,55	11,03	11,00	110,93
Итого:		655,00	19,35	19,66	80,86	560,38

Среднедневное значение за 1 неделю	640,83	19,05	19,38	80,13	579,02
------------------------------------	--------	-------	-------	-------	--------

Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
2 Неделя						
1 День						
Дополнительное питание (172)						
Каша молочная пшеничная	ТТК 1823/26	200,00	2,96	2,82	30,67	176,07
Запеканка из творога	ТТК 1652/26	60,00	9,02	8,77	15,90	154,14
Сметана	ТТК 1830/26	15,00	0,37	1,98	0,49	21,51
Горячий шоколад	ТТК 1866/26	180,00	4,47	4,55	6,43	84,53
Батон	ТТК 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Груша	ТТК 1828/26	140,00	0,56	0,42	14,98	65,94
Итого:		615,00	18,98	18,72	78,47	550,21
Итого за день:		615,00	18,98	18,72	78,47	550,21

2 День						
Дополнительное питание (172)						
Колбаса отварная	ТТК 1826/26	100,00	9,11	3,05	14,43	86,94
Макаронные изделия	ТТК 1663/26	180,00	5,63	1,45	6,78	72,44
Чай чёрный с шиповником	ТТК 1869/26	200,00	0,38	0,12	13,12	51,00
Маффин красный бархат	ТТК 1900/26	60,00		9,05	27,85	205,06
Батон	ТТК 1873/26	30,00	2,40	0,27	15,00	72,03
Салат "Зайчик"	ТТК 1787-1/26	100,00	0,98	4,92	6,29	73,36
Итого:		670,00	18,50	18,86	83,47	560,83
Итого за день:		670,00	18,50	18,86	83,47	560,83

3 День						
Дополнительное питание (172)						
Каша молочная пшенная с яблоком	ТТК 1699/26	200,00	6,73	7,24	12,77	135,80
Молоко сгущенное	ТТК 1832/26	20,00	1,44	1,70	11,10	63,48
Блинчики	ТТК 1899/26	100,00	1,00	1,88	28,74	123,68
Чай с молоком сгущенным	ТТК 1856/26	200,00	1,46	1,55	9,72	67,50
Батон	ТТК 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
Масло сливочное	ТТК 1833/26	15,00	2,80	2,07	0,20	29,45
Сыр порционнно	ТТК 1694/26	15,00	3,37	3,44		44,46
Итого:		590,00	20,00	18,24	82,53	560,41
Итого за день:		590,00	20,00	18,24	82,53	560,41

4 День						
Дополнительное питание (172)						
Помидоры черри	ТТК 1928/26	45,00	0,40	0,09	1,76	9,45
Котлета рыбная из трески	ТТК 1793/26	100,00	9,00	6,50	15,00	137,50
Рис припущенный	ТТК 1676/26	180,00	4,41	5,09	42,30	257,53
Чай с лимоном	ТТК 1858/26	200,00	0,23	0,05	9,45	37,76
Батон	ТТК 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Маффин шоколадный	ТТК 1901/26	60,00	2,88	6,16	2,16	70,60
Итого:		605,00	18,52	18,07	80,67	560,86
Итого за день:		605,00	18,52	18,07	80,67	560,86

5 День						
Дополнительное питание (172)						
Помидор свежий дольками	ТТК 1929/26	100,00	0,88	0,20	3,92	21,00
Котлета "Полтавская"	ТТК 1681/26	100,00	10,00	14,70	10,00	212,30
Булгур с маслом	ТТК 1667/26	180,00	5,13	4,01	37,80	209,57
Теплый компот с грушей и корицей	ТТК 1747/26	180,00	0,07	0,05	10,32	39,38
Батон	ТТК 1873/26	35,00	2,80	0,32	17,50	84,04
Итого:		595,00	18,88	19,28	79,54	566,29
Итого за день:		595,00	18,88	19,28	79,54	566,29

6 День						
Дополнительное питание (172)						
Сметана	ТТК 1830/26	10,00	0,24	1,32	0,33	14,34
Жаркое по - Петровски	ТТК 1817-2/26	232,00	10,55	11,55	18,00	206,79
Чай с молоком сгущенным	ТТК 1856/26	200,00	1,46	1,55	9,72	67,50
Маффин ванильный	ТТК 1886/26	60,00	2,88	3,62	16,49	110,04
Груша	ТТК 1828/26	140,00	0,56	0,42	14,98	65,94
Батон	ТТК 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
Итого:		682,00	18,89	18,82	79,52	560,65
Итого за день:		682,00	18,89	18,82	79,52	560,65

Среднедневное значение за 2 неделю	626,17	18,96	18,67	80,70	559,88
------------------------------------	--------	-------	-------	-------	--------

Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
3 Неделя						

1 День						
Дополнительное питание (172)						
Сырники из творога	ТТК 1691/26	90,00	8,11	7,90	8,99	187,29
Чай чёрный со смородиной	ТТК 1854/26	200,00	0,24	0,06	9,77	38,40
Завитушка с корицей	ТТК 1895/26	75,00	1,37	9,61	19,00	126,10
Каша гречневая молочная	ТТК 1654/26	200,00	7,76	1,00	35,77	160,40
Батон	ТТК 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Итого:		585,00	19,08	18,75	83,53	560,21
Итого за день:		585,00	19,08	18,75	83,53	560,21
2 День						
Дополнительное питание (172)						
Каша пшениная рассыпчатая	ТТК 1668/26	190,00	4,19	8,66	41,07	291,54
Чай с сахаром	ТТК 1855/26	200,00	0,19	0,04	9,22	36,00
Мандарин	ТТК 1827/26	110,00	0,83	0,19	9,41	42,69
Батон	ТТК 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
Сосиски отварные	ТТК 1821/26	100,00	10,63	9,66	1,00	98,06
Итого:		640,00	19,04	18,91	80,70	564,33
Итого за день:		640,00	19,04	18,91	80,70	564,33
3 День						
Дополнительное питание (172)						
Панкейки	ТТК 1896/26	120,00	6,60	6,25	9,18	119,37
Каша молочная из смеси зерновых хлопьев	ТТК 1697/26	200,00	3,45	5,64	46,31	234,00
Сметана	ТТК 1830/26	12,00	0,29	1,58	0,39	17,21
Горячий шоколад	ТТК 1866/26	200,00	4,97	5,05	7,15	93,92
Батон	ТТК 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
Итого:		572,00	18,51	18,88	83,03	560,54
Итого за день:		572,00	18,51	18,88	83,03	560,54
4 День						
Дополнительное питание (172)						
Рис запеченный	ТТК 1664/26	180,00	1,43	3,55	20,70	121,24
Чай чёрный с яблоком	ТТК 1863/26	200,00	0,23	0,08	10,27	40,46
Батон	ТТК 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Помидор свежий дольками	ТТК 1929/26	45,00	0,40	0,09	1,76	9,45
Котлета рыбная из горбуши	ТТК 1690/26	100,00	14,00	3,50	38,00	240,50
Блины с вишней	ТТК 1884/26	80,00	1,17	10,70	0,04	101,15
Итого:		625,00	18,83	18,10	80,77	560,82
Итого за день:		625,00	18,83	18,10	80,77	560,82
5 День						
Дополнительное питание (172)						
Винегрет "Осенний"	ТТК 1921-1/26	100,00	1,87	1,06	9,76	137,99
Бифштекс	ТТК 1796/26	80,00	8,07	5,55	37,06	136,00
Макароны с сыром	ТТК 1970-1/26	185,00	3,21	12,41	6,59	163,05
Компот из свежих яблок	ТТК 1713-70/26	200,00	0,08	0,08	11,20	43,49
Батон	ТТК 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Соус томатный	ТТК 1834-1/26	20,00	3,35		4,45	44,67
Итого:		605,00	18,18	19,28	79,06	573,22
Итого за день:		605,00	18,18	19,28	79,06	573,22
6 День						
Дополнительное питание (172)						
Котлета "Купеческая"	ТТК 1536-1/26	100,00	10,19	9,57	1,15	153,41
Соус сметанный	ТТК 1836/26	20,00	0,20	4,94	1,50	24,00
Мандарин	ТТК 1827/26	110,00	0,83	0,19	9,41	42,69
Батон	ТТК 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
Кисель из каркаде	ТТК 1719/26	200,00	0,04		12,11	47,20
Булгур с маслом	ТТК 1667/26	185,00	5,27	4,12	38,85	215,39
Итого:		655,00	19,73	19,18	83,02	578,73
Итого за день:		655,00	19,73	19,18	83,02	578,73
Среднедневное значение за 3 неделю		613,67	18,90	18,85	81,69	566,31

Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
4 Неделя						
1 День						
Дополнительное питание (172)						
Груша	ТТК 1828/26	140,00	0,56	0,42	14,98	65,94
Маффин ванильный	ТТК 1886/26	60,00	2,88	3,62	16,49	110,04
Батон	ТТК 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Каша молочная пшениная	ТТК 1696/26	200,00	3,89	4,01	15,37	135,17
Запеканка из творога	ТТК 1652/26	60,00	9,02	8,77	15,90	154,14
Черный чай с имбирем	ТТК 1865/26	200,00	0,23	0,05	9,45	37,76
Сметана	ТТК 1830/26	11,00	0,27	1,45	0,36	15,78
Итого:		691,00	18,45	18,50	82,55	566,85

Итого за день:		691,00	18,45	18,50	82,55	566,85
2 День						
Дополнительное питание (172)						
Паста с филе индейки в сливочном соусе	ТТК 1554-1/26	225,00	15,01	9,19	38,79	331,36
Компот из свежих груш	ТТК 1731-70/26	200,00	0,08	0,07	15,85	43,40
Батон	ТТК 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Яблоко	ТТК 1923/26	120,00	1,15	0,48	13,92	58,42
Салат "Ветерок"	ТТК 1789/26	100,00	0,83	8,87	3,58	95,30
Итого:		665,00	18,67	18,79	82,14	576,50
Итого за день:		665,00	18,67	18,79	82,14	576,50
3 День						
Дополнительное питание (172)						
Каша гречневая молочная	ТТК 1654/26	200,00	7,76	1,00	35,77	160,40
Масло сливочное	ТТК 1833/26	15,00	2,80	2,07	0,20	29,45
Сыр порционный	ТТК 1694/26	12,00	2,69	2,76		35,57
Кофейный напиток	ТТК 1861/26	200,00	1,43	1,13	15,49	76,28
Батон	ТТК 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
Блинчики с клубникой	ТТК 1883/26	80,00	0,20	10,96	1,50	115,04
Яблоко	ТТК 1923/26	120,00	1,15	0,48	13,92	58,42
Итого:		667,00	19,23	18,76	86,88	571,20
Итого за день:		667,00	19,23	18,76	86,88	571,20
4 День						
Дополнительное питание (172)						
Маффин красный бархат	ТТК 1900/26	60,00		9,05	27,85	205,06
Котлета "Волжская"	ТТК 1678-1/26	100,00	10,23	6,46	28,09	163,00
Макаронные изделия	ТТК 1663/26	180,00	5,63	1,45	6,78	72,44
Чай чёрный с облепихой	ТТК 1745/26	200,00	0,23	0,06	6,00	39,22
Батон	ТТК 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Салат из свежих огурцов со сметаной	ТТК 1772/26	100,00	0,86	1,60	3,73	32,80
Итого:		660,00	18,55	18,80	82,45	560,54
Итого за день:		660,00	18,55	18,80	82,45	560,54
5 День						
Дополнительное питание (172)						
Ромштекс	ТТК 1683/26	100,00	10,00	12,81	2,70	141,88
Чай с сахаром	ТТК 1855/26	200,00	0,19	0,04	9,22	36,00
Батон	ТТК 1873/26	40,00	3,20	0,36	20,00	96,04
Рис припущенный	ТТК 1676/26	190,00	4,66	5,38	44,65	271,83
Овощное ассорти	ТТК 1919/26	100,00	0,89	0,13	3,96	19,24
Итого:		630,00	18,94	18,72	80,53	564,99
Итого за день:		630,00	18,94	18,72	80,53	564,99
6 День						
Дополнительное питание (172)						
Биточки "Домашние"	ТТК 1679/26	100,00	10,00	12,00	29,55	200,80
Овощи по-карпатски	ТТК 1524-2/26	180,00	3,36	5,40	25,31	163,26
Какао с молоком	ТТК 1860/26	200,00	3,06	0,61	1,60	90,16
Батон	ТТК 1873/26	20,00	1,60	0,18	10,00	48,02
Яблоко	ТТК 1923/26	120,00	1,15	0,48	13,92	58,42
Итого:		620,00	19,17	18,67	80,38	560,66
Итого за день:		620,00	19,17	18,67	80,38	560,66
Среднедневное значение за 4 неделю		655,50	18,84	18,71	82,49	566,79
Среднедневное значение за четыре недели		634,04	18,94	18,90	81,25	568,00
Стоимость питания 172 руб. в день						

Заместитель генерального директора по производству

Колотова Т.А.