

Согласовано:



Утверждаю:

начальник КШП

МКУ "КП и СП"



МЕНЮ
для организованного питания
учащихся, находящихся
в пункте временного
размещения,
с 12 лет и старше

для УВР 180-00

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	микроэлементы				витамины		№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		Na	K	Ca	Fe	B	C	
1 неделя												
понедельник												
Завтрак												
Сыр порциями	40	9,0	12,0	0,0	144,0	328,0	46,0	400,0	0,0	0,0	1,0	23/97
каша рисовая с маслом	250/10	7,0	12,0	42,0	304,0	459,0	234,0	165,0	0,0	0,0	0,0	262/96
Чай с сахаром и лимоном	200/7	0,00	0,00	15,00	57,00	1,0	25,0	5,0	1,0	0,0	0,0	629/96
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
итого	582	22,0	26,0	97,0	711,0	1022,0	379,0	583,0	2,0	0,0	1,0	
Обед												
суп картофельный с бобовыми	250	6,0	5,0	20,00	148,0	604,0	489,0	37,0	2,0	0,0	12,0	139/4
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
компот из кураги	200	1,0	0,0	31,0	123,0	4,0	36,0	32,0	1,0	0,0	1,0	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
итого	805	39,0	30,0	155,0	981,0	2768,0	1393,0	137,0	5,0	0,0	13,0	
Всего	1387	61,0	56,0	252,0	1692,0	3790,0	1772,0	720,0	7,0	0,0	14,0	
вторник												
Завтрак												
яйцо вареное	1шт(40)	7,00	5,00	0,00	63,00	54,00	56,00	22,00	1,00	0,00	0,00	64/96
каша ячневая с маслом	250/10	13,00	16,00	50,00	345,00	458,00	296,00	197,00	1,00	0,00	0,00	257/96
Какао на молоке	200	4,0	4,0	26,0	141,0	51,0	214,0	123,0	1,0	0,0	1,0	693/4
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
итого	575	30,00	27,00	116,00	755,00	797,0	640,0	355,0	4,0	0,0	1,0	
Обед												
борщ с капустой и картофелем	250	2,00	4,00	13,00	98,00	600,00	330,00	44,00	1,00	0,00	20,00	110/4
сметана	10	0,00	2,00	0,00	16,00	4,00	12,00	9,00	0,00	0,00	0,00	629,00
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
итого	815	37,00	32,00	136,00	967,00	2114,0	1234,0	204,0	9,0	0,0	28,0	
Всего	1390	67,00	59,00	252,00	1722,00	2911,00	1874,00	559,00	13,00	0,00	29,00	
среда												
Завтрак												
бутерброд с сыром и маслом	15/5/25	10,0	14,0	14,0	143,0	201,0	43,0	155,0	0,0	0,0	0,0	3/4
каша пшенная с маслом	250/10	9,0	13,0	47,0	319,0	456,0	292,0	170,0	2,0	0,0	0,0	627/96
кофейный напиток	200	3,0	2,0	23,0	114,0	25,0	74,0	60,0	0,0	0,0	1,0	692/4
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35.01ттк
итого	555	26,0	31,0	110,0	714,0	845,0	459,0	393,0	2,0	0,0	1,0	
Обед												
суп крестьянский с пшеном	250	2,0	5,0	10,0	98,0	598,0	246,0	32,0	1,0	0,0	20,0	134/4
сметана	10	0,00	2,00	0,00	16,00	4,00	12,00	9,00	0,00	0,00	0,00	629,00
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	0,0	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
итого	815	30,0	26,0	115,0	868,0	2425,0	1426,0	128,0	3,0	0,0	56,0	
Всего	1370	56,0	57,0	225,0	1582,0	3270,0	1885,0	521,0	5,0	0,0	57,0	

четверг												
Завтрак												
Сыр порциями	20	5,0	6,0	0,0	72,0	164,0	23,0	200,0	0,0	0,0	0,0	29/97
каша манная с маслом	250/10	11,0	12,0	40,0	302,0	455,00	245,00	171,00	1,00	0,00	0,00	262/96
чай с молоком и сахаром	200	2,0	2,0	30,0	86,0	26,0	98,0	65,0	1,0	0,0	1,0	685/4
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
итого	555	24,00	22,00	110,00	666,00	879,0	440,0	449,0	3,0	0,0	1,0	
Обед												
щи из свежей капусты и картофеля	250	2,00	5,00	9,00	91,00	600,00	315,00	51,00	1,00	0,00	30,00	120/96
сметана	10	0,00	2,00	0,00	16,00	4,00	12,00	9,00	0,00	0,00	0,00	629,00
котлета рябushка	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
итого	815	38,00	32,00	123,00	954,00	2487,0	811,0	161,0	8,0	0,0	31,0	
Всего	1370	62,00	54,00	233,00	1620,00	3366,00	1251,00	600,00	11,00	0,00	32,00	
пятница												
Завтрак												
яйцо вареное	1шт(40)	7,0	5,0	0,0	63,0	54,0	56,0	22,0	1,0	0,0	0,0	64/96
каша Дружба с маслом	250/10	8,0	12,0	44,0	323,0	457,0	262,0	167,0	1,0	0,0	0,0	311/4
Чай с сахаром и лимоном	200/7	0,00	0,00	15,00	57,00	1,0	25,0	5,0	1,0	0,0	0,0	629/96
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35.01ттк
итого	557	19,0	19,0	85,0	581,0	675,0	393,0	202,0	3,0	0,0	0,0	
Обед												
суп карт.с макаронными изделиями (вермишель)	250	3,0	3,0	21,0	124,0	606,0	476,0	23,0	1,0	0,0	17,0	140/4
котлета домашняя	100	14,00	19,00	12,00	247,00	695,0	254,0	16,0	2,0	0,0	0,0	475/97
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
итого	805	27,0	32,0	118,0	848,0	2628,0	1254,0	128,0	7,0	0,0	26,0	
Всего	3362	46,0	51,0	203,0	1429,0	3303,0	1647,0	330,0	10,0	0,0	26,0	
суббота												
Завтрак												
Сыр порциями	40	9,00	12,00	0,00	144,00	328,0	46,0	400,0	0,0	0,0	1,0	23/97
Каша овсяная с маслом	250/10	10,0	14,0	44,0	344,0	461,0	352,0	182,0	2,0	0,0	0,0	262/96
Чай с сахаром	200	0,0	0,0	15,0	57,0	1,0	25,0	5,0	1,0	0,0	0,0	627/96
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35.01ттк
итого	550	23,0	28,0	85,0	683,0	953,0	473,0	595,0	3,0	0,0	1,0	
обед												
суп из овощей	250	2,0	4,0	11,0	97,0	629,0	367,0	30,0	1,0	0,0	21,0	132/96
сметана	10	0,00	2,00	0,00	16,00	4,00	12,00	9,00	0,00	0,00	0,00	629,00
биточек рубленый из говядины	100	13,0	16,0	18,0	290,0	496,0	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
итого	815	30,0	28,0	117,0	874,0	2174,0	850,0	753,0	6,0	0,0	24,0	
Всего	1365	53,0	56,0	202,0	1557,0	3127,0	1323,0	1348,0	9,0	0,0	25,0	
итого за 6 дней					9602,0							
среднее значение за период					1600,3							