

Согласовано

В.В. Солопова

Циклическое меню Площадка 2-х разовое 2 неделя

на период с 09.06.2025г. по 11.06.2025г.

Согласовано

В.В. Солопова

ДРУЖБА

на период с 09.06.2025г. по 11.06.2025																							
Сборник рецептов	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины							Минеральные вещества								ХЕ
				Белки	Жиры	Угле- ды	Калор.	A	B1	B2	C	E	Zn	Ca	Mg	Fe	Na	K	Cl	P	S	Se	
Понедельник																							

Понедельник

Завтрак

Tab 102406	5191	Десерт фруктовый (груша)	80	0,32	0,24	6,24	36,40		0,02	0,02	4,00	0,32	0,32	1,90	15,20	8,80	12,80	1,84						
Tab 102406	12849	Булочка с сыром (блатн в.в.с.)	2000	6,97	6,53	12,99	138,61	54,60	0,01	0,06	0,15	4,87	4,87		184,80	7,25	105,00	0,21						
Tab 102406	6257	Каша молочная рисовая с маслом	2005	6,00	7,51	39,54	248,75	5,05	0,08	0,17	1,38	6,00	2,85	3,90	126,57	38,20	197,41	0,59						
Tab 102406	264	Чай лимонный	200	0,08	0,01	15,21	61,25		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,16	3,85	0,96	1,76	0,09						
Итого:			825	13,37	14,29	79,98	488,91	64,65	0,11	0,25	5,37	11,27	8,13	7,88	330,22	64,11	275,87	2,73	6,33					

Обед

Tab 102406	6114	Омлет свежий	80	0,43	0,06	1,16	6,90		0,02	0,01	4,78	0,43	0,43	3,08	15,40	8,57	18,36	0,31						
Tab 102406	16722	Суп картофельный с макаронными изделиями на кур-бульоне	260	11,72	10,14	21,17	222,78	0,18	0,18	0,14	18,71	10,12	0,92	1,31	44,44	35,95	145,02	1,80						
TKK	20769	Колбаса из говядины с гарниром (овощное соев.)	7000	9,30	13,99	7,79	165,04		0,01	0,01	10,38	0,12	0,03	0,10	8,80	4,78	10,09	0,17						
Tab 102406	18744	Каши гречневая яловая	180	5,48	5,99	26,55	162,11	0,07	0,18	0,09	5,48				18,83	66,80	131,88	2,87						
Tab 102406	1820	Компот из ягод замороженных	200	0,20	0,11	25,88	105,55		0,01	0,01	52,80	0,20			15,22	6,18	6,71	0,42						
Tab 102406	1820	Хлеб пшеничный	40	3,64	0,32	18,68	93,75		0,04	0,01		3,04	0,04	0,64	6,00	5,60	26,00	0,44						
Итого:			820	26,44	30,61	192,23	806,14	0,21	0,42	0,27	89,18	19,46	13,43	5,11	99,09	149,88	349,75	6,10	8,62					
Итого:			1 345	43,81	44,90	178,21	1 292,15	0,44	0,84	0,52	104,79	38,73	26,56	10,22	148,49	185,83	515,72	12,23	14,95					

Вторник

Завтрак

Tab 102406	7920	Омлет свежий	70	0,50	0,07	1,36	8,07		0,02	0,01	5,00	0,50	0,50	3,57	12,14	10,00	21,42	0,36						
TKK	16741	Салатик отварные с соусом Болоньезе (мясо птицы, говяд.)	15005	6,23	13,24	38,59	298,39		0,02	0,02	3,97	0,52	0,09	0,07	18,45	7,94	20,29	0,41						
TKK	12514	Чай ягодный	200	0,14	0,05	12,95	52,81		0,00	0,01	20,60	0,14			5,15	4,12	4,39	0,21						
TKK	13295	Батон в ассортименте	50	3,75	1,45	25,70	130,85		0,06	0,02				9,50	6,90	32,30	0,60							
Итого:			845	10,62	14,81	76,80	490,12		0,10	0,08	35,57	1,16	0,59	3,64	45,24	28,56	78,80	1,58	6,58					

Обед

Tab 102406	18721	Суп из свежей капусты с картофелем на кур-бульоне	260	11,35	13,28	9,88	203,45	0,20	0,11	0,13	34,64	9,68	0,41		67,08	35,05	135,16	1,65						
Tab 102406	20407	Гуляш из шницел в томатном соусе	5000	13,59	11,09	3,09	185,32		0,01	0,01	1,94	0,48	0,24	0,03	4,13	3,63	7,18	0,10						
Tab 102406	18754	Картофель запеченный	180	3,71	8,23	30,22	209,75		0,22	0,13	37,08	3,71			25,16	43,04	109,03	1,73						
TKK	1820	Хлеб пшеничный	200	0,18	0,06	21,85	88,70								0,60			0,08						
TKK	1820	Хлеб ржаной	75	6,27	8,29	45,29	262,78	0,02	0,11	0,08	0,32	6,27	6,27	302,18	40,20	12,44	71,99	0,77						
TKK	1820	Хлеб пшеничный	25	1,80	0,20	12,35	58,60		0,03	0,01				1,60	5,00	3,50	16,25	0,28						
TKK	1820	Хлеб ржаной	20	1,36	0,26	7,88	36,62		0,04	0,02				1,36	1,36	1,00	9,40	0,80	31,40	0,78				
Итого:			860	36,34	59,38	138,41	1 029,44	0,22	0,37	0,32	74,01	23,40	17,29	393,21	161,84	107,45	371,02	6,42	10,87					
Итого:			1 395	60,16	94,19	209,01	1 519,59	0,44	0,74	0,64	108,58	46,85	33,88	386,85	318,62	214,91	448,62	12,84	21,74					

Среда

Завтрак

Tab 102406	16732	Десерт фруктовый (яблоко)	110	0,56	0,44	12,17	54,88		0,03	0,02	11,00				17,60	8,90	12,10	2,42						
TKK	20327	Сырники классические с молоком стуч.	5000	14,01	9,50	8,55	175,74		0,01	0,02	0,12				31,01	3,43	22,18	0,92						
Tab 102406	6161	Каши молочная геркулесовая яловая с маслом	15005	6,28	8,28	25,82	202,12	0,04	0,10	0,11	3,96	6,28	2,15	4,44	111,04	53,54	178,07	1,32						
Tab 102406	264	Чай с сахаром	200			14,97	66,18								0,45			0,05						
Итого:			825	20,85	18,22	61,51	498,92	0,04	0,12	0,13	12,08	6,28	2,15	4,44	160,10	66,87	212,32	3,81	5,11					

Обед

Tab 102406	18734	Суп картофельный с горохом на кур-бульоне	260	14,14	11,84	19,75	242,15	0,18	0,29	0,15	12,75	13,03	5,24	1,08	54,86	45,72	162,77	2,76						
TKK	20400	Колбаса курная "Похлебка" с гарниром (овощное соев.)	7000	12,18	13,08	12,24	215,21		0,01	0,01	10,38	0,12	0,03	0,10	8,80	4,78	10,09	0,17						
Tab 102406	18749	Рис припущенный	180	4,46	5,20	48,71	251,51	0,02	0,05	0,04				4,46	13,18	31,90	97,74	0,75						
Tab 102406	18749	Напиток из апельсинов	200	0,50	0,04	25,73	104,08		0,01	0,01	13,25			0,20	0,20	0,44	8,20	2,88	5,08	0,14				
TKK	420	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,78	70,32		0,03	0,01				2,28	2,28	0,48	8,00	4,20	19,50	0,33				
TKK	420	Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,55	49,57		0,05	0,02				1,70	1,70	1,23	11,75	12,25	38,25	0,98				
TKK	17561	Мороженое ИЧ ГОСТ 75гр.	75	4,10	11,80	21,60	207,20																	
Итого:			860	38,97	42,31	150,74	1 140,04	0,19	0,45	0,24	36,33	21,78	12,44	3,35	103,78	101,71	334,40	6,08	12,56					
Итого:			1 375	89,92	60,63	212,05	1 638,06	0,23	0,67	0,43	48,41	25,07	14,99	7,79	263,86	166,69	548,72	8,89	17,67					