



Согласовано
Директор ЗАО ЮП "Дружба"
/ И.С. Солоднова /

Циклическое меню Меню для школ.

период с 23.01.2023г. по 28.01.2023

Сборник рецептов	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность										Минеральные вещества										ХЕ
				Белки	Жиры	Углеводы	Кал	А	В1	В2	В3	В6	В12	С	Мg	К	Na	Ca	Мg	Мn	Fe	Р	Мg	

Завтрак бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс)																									
Таб №2456	10235	Десерт фруктовый (яблоко)	90	0,36	0,36	10,17	45,36																		
Таб №2456	9831	Каша молочная пшенная с маслом	200	8,57	8,64	41,82	278,32	0,05	0,26	0,17								14,40	8,10	9,90	1,98				
Таб №2456	259	Чай с сахаром	200	1,00	0,26	14,97	66,18												0,45					0,05	
Таб №12308	8645	Булочка молочная с сыром	200	8,83	8,03	28,94	227,35	0,06	0,06	0,11	0,41	9,83	9,83	193,82	217,90	16,90	150,68							0,74	
Итого:				565	19,76	17,29	95,80	818,21	0,11	0,37	0,28	0,58	10,88	18,40	12,81	199,58	368,48	80,18	374,74					4,27	7,59

Завтрак для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОВЗ с 5 по 11 класс																								
Таб №2456	15220	Десерт фруктовый (яблоко)	90	0,22	0,22	5,39	24,42		0,02	0,01								8,80	4,96	6,06	1,21			
Таб №2456	9831	Каша молочная пшенная с маслом	200	8,57	8,64	41,82	278,32		0,05	0,26	0,17	1,26	8,57	2,78	5,76	133,70	55,16	205,15	1,50					
Таб №2456	259	Чай с сахаром	200	1,00	0,26	14,97	66,18											0,45						0,05
Таб №12308	8645	Булочка молочная с сыром	200	8,83	8,03	28,94	227,35		0,06	0,06	0,11	0,41	9,83	9,83	193,82	217,90	16,90	150,68						0,74
Итого:			530	19,82	17,18	91,12	897,27		0,11	0,38	0,28	7,16	18,40	12,81	199,58	368,48	77,01	370,89	3,69					7,59

Обед бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс)																								
Таб №2456	15830	Суп с макаронными изделиями на кв. бульоне	200	10,94	11,88	12,90	202,26		0,19	0,08	0,09	2,85	10,87	10,70	0,24	29,55	17,96	104,47						1,15
Таб №2456	18963	Котлета Пожарская	70	11,80	12,03	10,80	186,64																	0,06
Таб №2456	7308	Картофель запеченный	150	3,09	8,86	25,18	174,82		0,19	0,11	30,90	3,06						22,81	35,98	91,24	1,45			
Таб №2456	3147	Булочка Золотистая	50	4,18	4,19	30,19	175,19		0,01	0,07	0,06	0,21	4,18	4,16	1,45	26,80	8,29	47,96						0,51
Таб №2456	1561	Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	46,67		0,05	0,02			1,70	1,70	1,25	11,75	12,25	38,25						0,88
Таб №2456	365	Хлеб пшеничный	25	1,80	0,20	12,30	58,60		0,03	0,01			1,90			5,00	3,50	18,25						0,28
Таб №2456	14233	Компот из сливы	200			19,96	79,84										0,60							0,06
Итого:				755	32,92	36,52	121,84	843,17	0,20	0,42	0,23	33,79	27,04	18,47	2,94	101,45	83,44	308,48						10,16

Обед для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОВЗ с 5 по 11 класс																								
Таб №2456	15830	Суп с макаронными изделиями на кв. бульоне	200	10,94	11,88	12,90	202,26		0,19	0,08	0,09	2,85	10,87	10,70	0,24	29,55	17,96	104,47						1,15
Таб №2456	18963	Котлета Пожарская	70	11,80	12,03	10,80	186,64																	0,06
Таб №2456	7308	Картофель запеченный	150	3,09	8,86	25,18	174,82		0,19	0,11	30,90	3,06						22,81	35,98	91,24	1,45			
Таб №2456	1561	Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	46,67		0,05	0,02			1,70	1,70	1,25	11,75	12,25	38,25						0,88
Таб №2456	365	Хлеб пшеничный	25	1,80	0,20	12,30	58,60		0,03	0,01			1,90			5,00	3,50	18,25						0,28
Таб №2456	14233	Компот из сливы	200			19,96	79,84										0,60							0,06
Итого:				870	32,42	31,18	81,09	783,74	0,19	0,38	0,23	33,59	27,04	18,47	2,94	101,45	83,44	308,48						10,16

Итого:																				917	24,97	21,83	181,9	747,74	0,19	0,25	0,29	27,94	11,63	14,06	1,22	330,0	10,73	34,77	1,75	
ТТК	8540	Чай с шиповником	200	0,24	0,10	18,35	75,28		0,00	0,02	70,00	0,24	0,24	0,35	4,86	1,19	1,19	0,26																		
60006	7928	Расстегай с говядиной и луком	75	11,33	8,09	33,10	250,53		0,01	0,11	0,10	0,27	11,33	11,33	274,26	17,42	16,03	112,38	1,57																	
Итого:																				275	11,57	8,19	51,45	326,79	0,01	0,11	0,12	70,27	11,87	11,87	274,61	22,07	17,22	112,67	1,63	1,63

Вторник																								
Завтрак бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс)																								
Таб №2456	6687	Десерт фруктовый (банан)	170	2,55	0,86	35,70	160,65			0,07	0,09	17,00	2,55	2,65	3,54	13,80	71,40	47,60	1,02					
28458	1748	Омлет натуральный	105	11,07	13,88	2,04	177,36	0,23	0,07	0,40	0,38	11,07	0,87	1,80	83,04	13,91	182,48	2,05						
ТТК	13514	Чай ягодный	200	0,14	0,06	12,96	52,81		0,00	0,01	26,60	0,14				5,15	4,12	4,38	0,21					
ПП	13984	Батон в ассортименте	40	3,00	1,16	20,56	104,68		0,06	0,02						9,50	6,50	32,60	0,60					
Итого:				\$15	18,78	18,84	71,18	418,58	0,23	0,18	0,92	43,89	13,78	3,82	6,34	111,28	95,93	268,97	3,18	5,84				

Завтрак для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОВЗ с 5 по 11 класс																								
Таб №2456	2548	Десерт фруктовый (яблано)	150	2,25	0,75	31,50	141,75		0,06	0,06	15,00	2,25	2,34	3,12	12,00	63,00	42,00	0,90						
Таб56	1748	Омлет натуральныи	105	11,07	13,88	2,04	177,38	0,23	0,07	0,40	0,38	11,07	0,87	1,80	83,04	13,91	182,48	2,05						
ТК	13514	Чай ягодный	200	0,14	0,06	12,96	52,81		0,00	0,01	26,60	0,14				5,15	4,12	4,38	0,21					
П	13984	Батон в ассортименте	40	3,00	1,16	20,56	104,68		0,06	0,02						9,50	6,50	32,60	0,60					
Итого:				495	18,48	18,84	67,08	478,82	0,23	0,18	0,41	41,89	13,48	3,21	4,92	109,81	87,63	261,37	3,18	5,84				

Обед бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс)																								
Таб №2456	15220	Десерт фруктовый (яблоко)	90	0,22	0,22	5,39	24,42		0,02	0,01								8,80	4,96	6,06	1,21			
Таб №2456	11096	Борщ из свежей капусты с картофелем на кв. бульоне	200	1,66	4,06	11,02	87,26		0,16	0,06	0,06	18,81	1,66	7,53	0,99	38,43	21,63	43,87						26,62
Таб №2456	1144	Плов из свинины (окорок)	30/150	10,41	21,54	40,10	395,90		0,29	0,10	3,34	10,41				18,97	44,06	164,16						1,55
Таб №2456	1227	Напиток из апельсинов	200	0,20	0,04	25,73	104,08		0,01	0,01	13,20	0,20	0,20	0,44	8,20	2,86	5,06	0,14						0,14
Таб №2456	14182	Трубочка слоеная в ассортименте	35	1,64	5,74	14,41	115,96		3,78	0,00	0,01		0,01			0,57	0,12	1,99						0,03
Таб №2456	198	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04		0,04	0,01			2,66	2,66	0,56	7,00	4,90	22,75						0,39
Таб №2456	1561	Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	46,67		0,05	0,02			1,70	1,70	1,25	11,75	12,25	38,25						0,88
Итого:				730	18,49	32,41	123,82	468,13	3,92	0,40	0,21	41,85	18,44	12,09	3,24	64,71	86,77	283,13						10,12

||
||
||

Таб №24/96	17769	Помидоры соевые	50	0,06	0,01	0,19	1,06			0,00	0,00	0,83				0,56	0,83	1,33	0,04
13896	15249	Суп картофельный с горохом на бульоне	200	11,31	9,48	15,80	193,72	0,14	0,24	0,12	10,20	10,42	6,59	0,87	43,89	36,58	130,22	2,21	
ТТК	16641	Спагетти отварные с соусом Болоньезе (мясо, помидоры)	150/75	6,67	13,74	36,58	304,71		0,02	0,02	3,97	0,52	0,09	0,07	18,28	7,94	18,31	0,36	
ТТК	13089	Чай черносмородиновый (концентрат)	200	1,00	0,26	17,48	76,22	12,94	0,00	0,00	2,50	0,06	0,02	0,06	0,36	0,10	0,24	0,04	
ПП	198	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04		0,04	0,01		2,66	2,06	0,56	7,00	4,90	22,78	0,39	
Итого:				710	21,78	23,74	88,28	447,26	13,08	0,38	0,16	17,82	13,83	9,38	1,88	79,89	69,34	171,44	7,44
ТТК	11506	Компот из груш	160	0,14	0,11	22,79	92,71		0,01	0,01	1,76	0,14	0,01	0,07	7,26	4,22	5,83	0,87	
ТТК	19661	Пицца с курицей с соусом (Филла)	50	6,87	7,63	15,40	157,76	15,06	0,05	0,06	1,17	3,81	3,75	0,31	68,70	8,14	62,83	0,49	
Итого:				210	7,01	7,74	29,19	230,47	14,04	0,06	0,07	2,93	4,62	3,77	0,38	76,84	12,38	68,46	1,36

Четверг

Завтрак бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс)																			
401/96	16300	Гуляш из филе куриного в томатном соусе (шнуп)	40/40	13,41	4,88	2,69	106,50			0,01	0,01	1,55	0,38	0,19	0,03	9,19	3,25	6,94	0,17
464/96, таб №2	15864	Каша кукурузная вязкая	150	3,44	5,74	29,47	183,32									4,05	0,24	0,93	0,03
ТТК	13514	Чай ягодный	200	0,14	0,05	12,95	62,81		0,00	0,01	26,80	0,14				5,15	4,12	4,39	0,21
ТТК	3069	Плюшка Новомосковская	50	3,72	2,75	25,21	140,47	0,02	0,06	0,03	0,02	3,72	3,72	189,12	12,70	6,00	35,61	0,46	
ПП	15288	Батон в ассортименте	20	1,80	0,58	10,28	52,34		0,02	0,01						3,80	2,90	13,00	0,24
Итого:				500	22,21	13,20	10,90	625,45	0,02	0,10	0,45	28,17	4,24	3,81	129,15	14,19	16,21	89,87	0,72
Завтрак для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОВЗ с 5 по 11 класс																			
401/96	16300	Гуляш из филе куриного в томатном соусе (шнуп)	40/40	13,41	4,88	2,69	106,50			0,01	0,01	1,55	0,38	0,19	0,03	9,19	3,25	6,94	0,17
464/96, таб №2	15864	Каша кукурузная вязкая	150	3,44	5,74	29,47	183,32									4,05	0,24	0,93	0,03
ТТК	13514	Чай ягодный	200	0,14	0,05	12,95	62,81		0,00	0,01	26,80	0,14				5,15	4,12	4,39	0,21
ПП	13984	Батон в ассортименте	40	3,00	1,16	20,56	104,68		0,06	0,02						9,50	6,50	32,50	0,60
Итого:				470	18,89	11,83	61,87	447,32	0,07	0,04	28,16	0,92	0,19	0,23	27,19	14,11	44,76	1,02	8,47

Пятница

Таб №24/96		1988	Огулец соляный	20	0,16	0,02	0,34	2,18		0,00	0,00	1,11	0,16			4,60	3,11	4,80	0,13
12096		15250	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200	9,06	10,61	7,74	162,76	0,16	0,09	0,11	27,74	7,74	7,53		53,67	28,04	108,15	1,32
42296		3180	Тефтели с соусом (говядина, курица, хлеб)	60/30	9,26	11,49	10,55	182,65		0,06	0,06	3,56	9,26	0,58	0,06	23,40	17,24	104,47	1,56
46496		3714	Каша гречневая вязкая	150	4,58	4,81	22,12	150,26	0,02	0,16	0,06		4,58			13,97	72,33	109,91	2,47
773/97, 705/2004		316	Отвар шиповника с сахаром	200	0,68	0,28	26,62	123,72		0,01	0,06	200,00	0,68	0,68	1,00	12,90	3,40	3,40	0,66
ПП		365	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	56,60		0,03	0,01		1,90			5,00	3,50	16,25	0,28
ПП		1561	Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,96	49,57		0,06	0,02		1,70	1,70	1,25	11,75	12,25	30,25	0,96
Итого:				710	27,36	27,74	92,62	729,57	0,18	0,41	0,18	232,41	28,64	10,49	2,33	124,89	139,87	395,23	7,42
Обед для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОВЗ с 5 по 11 класс																			
Таб №24/96		15250	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200	9,06	10,61	7,74	162,76	0,16	0,09	0,11	27,74	7,74	7,53		53,67	28,04	108,15	1,32
42296		3180	Тефтели с соусом (говядина, курица, хлеб)	60/30	9,26	11,49	10,55	182,65		0,06	0,06	3,56	9,26	0,58	0,06	23,40	17,24	104,47	1,56
46496		3714	Каша гречневая вязкая	150	4,58	4,81	22,12	150,26	0,02	0,16	0,06		4,58			13,97	72,33	109,91	2,47
ТТК		8540	Чай с шиповником	200	0,24	0,10	18,35	75,26		0,00	0,02	70,00	0,24	0,24	0,35	4,85	1,16	1,16	0,26
ПП		365	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	56,60		0,03	0,01		1,90			5,00	3,50	16,25	0,28
Итого:				855	28,06	27,21	92,29	629,38	0,18	0,31	0,19	181,39	23,12	8,31	0,42	100,89	122,30	329,97	6,91
Полдник для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств																			
Таб №24/96		204	Чай лимонный	200	0,06	0,01	15,21	61,25		0,00	0,00	3,20	0,06	0,06	0,16	3,65	0,96	1,76	0,09
ТТК		7102	Зчпочмак	100	7,97	14,16	26,76	274,32	0,07	0,23	0,12	6,06	7,97	7,97	283,66	26,26	20,00	106,66	1,25
Итого:				300	8,03	14,17	41,96	335,57	0,07	0,23	0,12	9,26	8,03	8,03	283,82	21,80	20,96	109,23	1,34
Питание																			
Завтрак бесплатный, начальная школа с 1 по 4 класс (в том числе ОВЗ с 1 по 4 класс)																			
Таб №24/96		12267	Десерт фруктовый (груша)	95	0,36	0,29	9,79	43,29		0,02	0,03	4,75	0,36	0,04	0,19	18,05	11,40	15,20	2,19
Таблица №4/96		6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом	200/6	8,35	9,82	34,12	256,28	0,06	0,24	0,20	1,28	8,35	2,85	5,90	145,99	71,26	236,35	1,74
642/96, 693/2004		3149	Каша с молоком	200	3,87	4,20	25,78	156,40	0,03	0,04	0,16	1,30	3,87	3,87	6,00	125,72	31,00	115,20	1,04
ТТК		19349	Печенье Шт.	32	2,40	3,14	23,61	133,06											
Итого:				632	16,89	17,48	83,60	681,01	0,08	0,29	0,38	7,33	12,60	0,78	12,09	283,76	113,68	387,75	4,97

[illegible]