

Диск, дискета
Надпись на диске
Содержание записи
Видимость записи

Примерная 10 - ти дневное меню для обучающихся в общеобразовательном учреждении

на 2023 - 2024г



Утверждено:
Директор ООУ _____

Составил: Н.В.

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса продукта	Пищевая ценность (г)										Энергетическая ценность (ккал)										Максимальная дозировка (г)									
			7:0	11:0	7:0	11:0	7:0	11:0	7:0	11:0	7:0	11:0	7:0	11:0	7:0	11:0	7:0	11:0	7:0	11:0	7:0	11:0	7:0	11:0								
Завтрак																																
№ 79 Москва 2013 г.	Чаша творожная	80	100	1,72	2,68	5,78	7,2	8,12	10,18	93,64	13,3	0,05	0,05	5,45	5,15	0	0	27,85	27,85	0	0	38,4	38,4	1,08	1,08							
№ 472 Москва 2013 г.	Сырники с сахаром	130	120	12,2	12,2	20,6	20,6	2	2	281,8	281,8	0	0	0,4	0,4	0	0	11,79	11,79	0	0	11,47	11,47	0,44	0,44							
№ 3 Москва 2006 г.	Сырники с маслом сливочным	50/50	50/50	9,7	9,9	9,9	9,9	30,8	30,8	254	254	0,08	0,08	0,05	0,05	0	0	173,8	173,8	0	0	78	78	1,3	1,3							
№ 17 Москва 2008 г.	Удобный напиток с маслом	200	200	1,4	1,4	1,8	1,8	22,31	22,31	105	105	0,02	0,02	0,05	0,05	0,01	0,01	60,4	60,4	0	0	7	7	0,05	0,05							
590ггг		200	200	4,5	4,5	0	0	20,4	20,4	114	114	0	0	19,5	19,5	0	0	8,5	8,5	0	0	41,31	41,31	0,95	0,95							
Завтрак № 2																																
ОСБ		200	200	1	1	0	0	21,2	21,2	94	94	0	0	2	2	0	0	8	8	0	0	5	5	0	0							
Обед																																
№ 71 Москва 2003 г.	Выпечка слоеная	60	100	0,8	1,8	1,44	2,4	4,32	7,2	33	95	0,04	0,04	5,2	5,2	0	0	23,2	23,2	0	0	16,2	16,2	0,99	0,99							
№ 188 Москва 2008 г.	Суп паровой с курицей и морщ. говядиной	200/200	300/200	2,6	3,2	2,8	3	10,3	23,2	119	188	0	0	4,2	4,2	0	0	9,46	9,46	0	0	14,4	14,4	0,85	0,85							
№ 4443 Москва 1998 г.	Котлетки в соусе	80/80	100/80	1,5	2,8	22,6	28,2	83,7	29,7	315	0	0	21	31	0	0	27,8	27,8	0	0	38,9	38,9	1,25	1,25								
№ 320 Москва 2003 г.	Пюре из овощей	190	190	14,2	17,06	3,4	4,08	30,8	38,8	214	288	0,28	0,28	0	0	0	0	95,98	95,98	0	0	84,5	84,5	3,7	3,7							
№ 890 Москва 2008 г.	Нашпик картофельный	200	200	0,1	0,1	0,01	0,01	10,8	18,8	73	73	0	0	2,93	2,93	0	0	9,45	9,45	0	0	11	11	0,08	0,08							
Москва 2003 г. РЭУ/П.Вент	Хлеб ржаной	95	142	0,2	0,2	1,1	1,6	37,8	95,2	180	292,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
Поддоник																																
Улица Смена Российская Иркутская продукция Москва 2002 г.	Бюджетное питание	30	30	2,2	2,2	2,75	2,75	22,2	22,2	125	125	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
№ 583 Москва 2006 г.	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,2	0,05	0,05	13,01	15,01	57	57	0,01	0,01	0,1	0,1	0	0	5,95	5,95	0	0	4,4	4,4	0,86	0,86							
Ужин																																
№ 2 Москва 2013 г.	Салат греческий	80	100	0,8	1,9	5,4	9	4,2	7	88	118	0,04	0,04	4,85	4,85	0	0	31,8	31,8	0	0	13,92	13,92	0	0							
№ 312 Москва 2003 г.	Рыбный супчик с овощами - 120/80	120/80	200/80	23,62	23,62	11,5	11,5	4,75	4,75	218	218	0,18	0,18	2,4	2,4	0	0	28,75	28,75	0	0	38,10	38,10	0,88	0,88							
№ 443 Москва 2003 г.	Котлетки в соусе	150	200	3,24	3,88	6,59	6,71	22,05	20,48	158	187	0,02	0,02	34,84	34,84	0,03	0,03	92,89	92,85	0	0	46	46	1,88	1,88							
№ 577 Москва 2013 г.	Котлетки из мяса говядины	200	200	0	0	0	0	17,9	17,9	70	70	0	0	18,8	18,8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
Москва 2002 г. РЭУ/П.Вент	Хлеб пшеничный	60	80	3,8	5,9	0,4	0,64	24,8	38,2	140,8	187,8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
Ужин № 2																																
№ 893 Москва 2008 г.	Бризоль	200	200	8	8	12	12	0	0	170	170	0	0	0,3	0,3	0	0	121	121	0	0	14	14	0,1	0,1							
Иркутская продукция Москва 2002 г.	Сырники ржаные	40/40	118/5	107/56	171/86	45/6/16	53/6/6	25/9/24	35/9	170	170	1,2	1,4	60	70	0,7	0,9	1100	1950	1800	250	300	12	17								

Дата: четверг
 Счет: опись - записи
 Водитель: Петров П. П. № 11-18 км

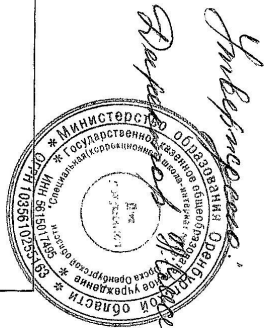
Примерное 10 - 14 дневное меню для обучающихся в общеобразовательном учреждении
 № 2023-2024



№ рецептуры	Группы пищи, наименование блюда	Масса порции г/100	Питательная ценность (г)										Энергетическая ценность (ккал)													
			Белки	Жиры	Углеводы	Витамины (мг)	С	О	Минеральные вещества (мг)	В1	В2	В6	В12	С	Са	К	Мg	Na	К	Сr	Fe					
Завтрак																										
№ 427 Москва 2003 г.	Пудинг из творога с соусом	200/200	27,4	27,4	19,9	19,9	101	101	101	329	329	0,41	0,41	0	0	14,03	14,03	129,81	129,81	0	0	16,96	16,96	0,32	0,32	
№ 23 Москва 2003 г.	Суп картофельный	1 20	4,84	4,84	8,9	8,9	0	0	70	70	0,098	0,098	0,14	0,14	0	0	0	0	0	0	0	0	7	7	0	0
№ 41 Москва 2003 г.	Мясной салат	10	0,1	0,1	7,25	7,25	0,14	0,14	68,2	68,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
№ 348 Москва 2003 г.	Чай сладкий	200	1,4	1,4	1,4	1,4	11,2	11,2	81	81	0,01	0,01	0,28	0,28	0	0	58,06	58,06	0	0	0,83	0,83	0,97	0,97	0,07	0,07
№ 2023-2024	Хлеб пшеничный	70	80	5,2	5,9	0,94	0,94	34,9	38,2	184,4	187,8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Завтрак № 2																										
Овска																										
№ 21 Москва 2003 г.	Салат мясной	80	100	1,2	1,9	6,83	6,54	7,24	0,08	97,3	121,9	0,02	0,02	4,75	4,75	0	0	12,85	12,85	0	0	9,29	9,29	0,33	0,33	
№ 113 № 2014 г.	Суп овощной со сметаной с морковью	250/1916	1,5	1,9	4,1	5	0	0	10,8	83,1	62,8	0,08	0,08	10,2	10,2	0	0	24,1	24,1	0	0	12,66	12,66	0,84	0,84	
№ 401 Москва 2003 г.	Котлета из говядины с соусом сливочным	80/30	5,7	8,3	5,2	6,5	18,5	13,8	7,4	92,5	0,05	0,05	0,07	0,07	0	0	28,18	28,18	0	0	22,1	22,1	1,03	1,03		
№ 7483 Москва 2003 г.	Рис отваренный	150	3,89	4,4	4,84	5,8	37,95	46,16	213	285	0	0	0	0	0	0	3,22	3,22	0	0	17,8	17,8	0,35	0,35		
№ 518 Москва 2003 г.	Котлет из свинины	200	200	0,33	0,33	0	0	18,07	19,07	77,8	77,6	0,01	0,01	2	2	0	0	24,89	24,89	0	0	16,27	16,27	0,81	0,81	
№ 2003-2004	Хлеб пшеничный	70	80	5,2	5,9	0,94	0,94	34,9	38,2	184,4	187,8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
№ 2003-2004	Хлеб пшеничный	66	142	6,2	8,8	1,1	1,8	37,6	39,3	189	202,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Полдник																										
№ 101	Пюре из картофеля с салатом	60	60	9,5	8,5	2	2	42,4	42,4	158	169	0	0	1,4	1,4	0	0	35,8	35,8	0	0	34,6	34,6	1,1	1,1	
№ 528 Москва 2003 г.	Вареники с начинкой	200	200	0,1	0,1	0,01	0,01	18,3	18,3	79	79	0	0	2,33	2,33	0	0	3,43	3,43	0	0	1,1	1,1	0,93	0,93	
Ужин																										
№ 81 Москва 2003 г.	Салат картофельный с сосиской	80	100	0,4	0,3	4,89	5,24	8,19	10,24	64,89	102,24	0	0	12,88	12,88	0	0	18,8	18,8	0	0	13,94	13,94	0,76	0,76	
№ 21 Москва 2003 г.	Котлета свиная	80	80	14,96	14,96	0,92	0,92	1,28	1,28	152	152	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
№ 24 Москва 2003 г.	Безе из сметаны	150	150	3,4	10,9	10,9	10,9	16,8	18,9	198	207,6	0,08	0,08	7,42	7,42	0	0	39,4	39,4	0	0	31,88	31,88	1,07	1,07	
№ 513 Москва 2003 г.	Чай сладкий	200	200	0,2	0,2	0,056	0,056	16,01	16,01	57	57	0,01	0,01	0,1	0,1	0	0	8,26	8,26	0	0	4,4	4,4	0,93	0,93	
№ 2003-2004	Хлеб пшеничный	90	80	3,8	5,9	0,4	0,4	24,8	30,2	146,8	187,8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Ужин № 2																										
№ 57 Москва 2003 г.	Мороженое	200	200	5,5	5,5	4,2	4,2	8,1	8,1	119	119	0,08	0,08	1,94	1,94	0	0	21,12	21,12	0	0	24,38	24,38	0,77	0,77	
Средний баланс																										
			110,22	121,53	58,518	67,516	465,81	508,828	2975,78	3065,04	12	1,4	60	70	0,7	0,8	1188	1301	1550	1890	280	300	12	12		

Док. № 499
 Наименование
 Счет сальдо - Умань
 Бухгалтерский баланс - 10 лет 11.10.10

Примерное 14-ти дневное меню для обучающихся в общеобразовательном учреждении
 на 2023-2024гг



№ инвентаря	Группы детей, наименование блюд	Масса продукта		Единица измерения (г)		Углероды		Зеленые овощи		Витамин (мг)		Минеральные вещества (мг)													
		7-10	11-10	7-10	11-10	7-10	11-10	7-10	11-10	7-10	11-10	7-10	11-10												
№ 314 Москва 2003 г.	Завтрак	2505	77	9,6	9,6	19	22,4	405	247	308	0,2	0,2	0,33	0,33	0	0	143,13	143,13	0	0	67,61	67,61	1,94	1,94	
№ 119 Москва 2002 г.	Обед	40	49	5,09	5,09	4,6	4,6	0,2	0,2	69	0	0	0	0	0	0	5,5	5,5	0	0	5,4	5,4	2,2	2,2	
№ 41 Москва 2003 г.	Ужин	10	10	0,1	0,1	7,25	7,25	0,14	0,14	69,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
№ 849 Москва 2005 г.	Ужин	200	14	1,4	1,4	11,2	11,2	11,2	61	61	0,01	0,01	0,28	0,28	0	0	0	53,09	53,09	0	0	6,09	6,09	0,07	0,07
Москва 2002 г. ДДМ-проект	Завтрак № 2	70	80	5,2	5,8	0,64	0,64	34,3	38,2	164,4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Сорт	Обед	300	300	4,5	4,5	0	0	29,4	29,4	114	0	0	0	19,5	19,5	0	0	9,5	9,5	0	0	41,31	41,31	0,59	0,59
№ 571 Москва 2003 г.	Сорт	80	300	2,8	3,5	9,2	11,6	5,04	8,3	116	145	0,02	0,03	1,41	1,8	0	0	9,7	9,7	0	0	7,14	7,14	0,36	0,36
Москва 2002 г.	Сорт	200	200	8,49	10,19	0,29	0,34	9,24	11,3	112,29	194,7	0	0	10,9	10,9	0	0	40,1	40,1	0	0	25,9	25,9	1,42	1,42
№ 574 Москва 2003 г.	Сорт	180	230	2,32	2,82	11,5	14,6	4,76	4,76	216	207	0,02	0,02	34,54	34,54	0	0	48	48	0	0	4,6	4,6	1,66	1,66
№ 433 Москва 2003 г.	Сорт	200	200	0,33	0,33	0	0	18,07	18,07	77,6	77,6	0,01	0,01	2	2	0	0	29,69	29,69	0	0	18,27	18,27	0,61	0,61
Москва 2002 г. ДДМ-проект	Сорт	70	80	5,2	5,8	0,64	0,64	34,3	38,2	164,4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Москва 2002 г. ДДМ-проект	Сорт	95	149	6,2	9,2	1,1	1,6	37,6	50,2	181	208,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
№ 101 Москва 2003 г.	Сорт	80	80	6,1	6,1	7,7	7,7	20,9	20,9	158	158	0	0	0,11	0,11	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
№ 513 Москва 2003 г.	Сорт	2007	2007	1,4	1,4	1,4	1,4	13,2	13,2	61	61	0,01	0,01	0,28	0,28	0	0	53,09	53,09	0	0	6,09	6,09	0,07	0,07
Умань	Сорт	30	100	0,3	0,37	3,5	4,3	6,1	7,6	33,6	79,3	0	0	5,15	6,4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Сорт	Сорт	9007	9007	9,2	9,2	6,3	6,3	0,9	0,9	58	58	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
№ 433 Москва 2003 г.	Сорт	200	290	3,6	4,5	4,64	4,6	15,4	19,3	118,4	146	0,04	0,04	61,01	61,01	0	0	21,31	21,31	0	0	6,07	6,07	0,64	0,64
Москва 2002 г. ДДМ-проект	Сорт	40	60	3,8	5,3	0,4	0,44	26,0	39,2	140,3	187,8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Умань № 2	Сорт	30	30	2,2	2,2	2,75	2,75	22,2	22,2	128	128	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
№ 627 Москва 2003 г.	Сорт	200	290	5,6	5,6	6,2	6,2	6,6	6,6	110	110	0,06	0,06	1,04	1,04	0	0	21,12	21,12	0	0	24,58	24,58	0,17	0,17
Умань	Сорт	71	70	7,1	7,0	7,8	7,8	3,9	3,8	230	213	1,2	1,4	61	70	0,7	0,8	1100	1260	1660	1800	260	300	1,2	1,2

