

Согласовано:

Утверждаю:

Директор МКОУ
«Мараксинская ООШ»

Бурцева Л.А.

ИП «Антонова И.В.»

Циклическое десятидневное меню (79,53р)

№ рецепта	наименование блюда, кулинарного изделия	химический состав			энергет. цен-сть	выход блюда	цена
		белки	жиры	углеводы			
	1 день						
54-24к	каша жидкая молочная из пшенной кр.	8,3	10,1	37,6	274,9	200	31,86
376	чай с сахаром	0,1	0	15	60	200	2,19
	хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	3,2	0,39	20,25	99,77	40	3,12
	булочка "школьная"	5,85	2,24	31,4	169,16	60	20
	итого за день:	17,45	12,73	104,25	603,83	500	57,17
	2 день						
309	макаронные изделия отварные	5,35	3,23	19,05	119,6	150	12,98
347*	котлета "школьная"	13,77	9,9	11,97	191,7	90	67,74
54-3соус	соус красный основной	0,99	0,72	2,67	21,24	30	1,01
376	чай с сахаром	0,1	0	15	60	200	2,19
	хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	3,2	0,39	20,25	99,77	40	3,12
	итого за день:	23,41	14,24	68,94	492,31	510	87,04
	3 день						
312	картофельное пюре	2,5	4,08	14,86	106,08	120	25,14
294	котлета рубленая из птицы	14,58	21,78	14,04	311,4	90	52,27
54-3соус	соус красный основной	0,99	0,72	2,67	21,24	30	1,01
	напиток "Витошка с Витаминами"	0	0	19	75	200	15
	хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	3,2	0,39	20,25	99,77	40	3,12
	итого за день:	21,27	26,97	70,82	613,49	500	96,54
	4 день						
302	каша гречневая рассыпчатая	7,52	6,28	40,73	249,6	150	23,06
290	курица тушеная в соусе	13,2	14,9	4	203	100	54,26
376	чай с сахаром	0,1	0	15	60	200	2,2
	хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	3,2	0,39	20,25	99,77	40	3,12
	кондитерское изделие	0,7	2	6,6	47	10	2,6
	итого за день:	24,72	23,57	86,58	659,37	500	85,24
	5 день						
181	каша жидкая молочная из манной кр	6,1	11,3	33,5	260	210	26,42
376	чай с сахаром	0,1	0	15	60	200	2,19
	рогалик со сгущенным молоком	5,85	2,24	31,4	169,16	60	20
	хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	3,2	0,39	20,25	99,77	40	3,12
	итого за день:	15,25	13,93	100,15	588,93	510	51,73

№ рецепта	наименование блюда, кулинарного изделия	химический состав			энергет. цен-сть	выход блюда	цена
		белки	жиры	углеводы			
	6 день						
54-16к	каша дружба	5	5,8	24,1	168,9	200	33,25
376	чай с сахаром	0,1		15	60	200	2,19
	фрукты (яблоко)	0,4	0	9,8	47	100	15,21
1	бутерброд с маслом	2,6	8,8	14,3	147	40	17,93
	хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	3,2	0,39	20,25	99,77	40	3,12
	итого за день	11,3	14,99	83,45	522,67	580	71,7
	7 день						
312	картофельное пюре	3,12	5,1	18,57	132,6	150	31,43
347*	котлета "школьная"	13,77	9,9	11,97	191,7	90	67,74
54-3соус	соус красный основной	0,99	0,72	2,67	21,24	30	1,01
376	чай с сахаром	0,1	0	15	60	200	2,19
	хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	3,2	0,39	20,25	99,77	40	3,12
	итого за день	21,18	16,11	68,46	505,31	510	105,49
	8 день						
182	каша жидкая молочная из рисовой кр.	7,2	13,3	37,8	300	200	35,24
376	чай с сахаром	0,1	0	15	60	200	2,19
	булочка "школьная"	5,85	2,24	31,4	169,16	60	20
	хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	3,2	0,39	20,25	99,77	40	3,12
	итого за день	16,35	15,93	104,45	628,93	500	60,55
	9 день						
309	макаронные изделия отварные	5,35	3,23	19,05	119,6	150	12,98
294	котлета рубленая из птицы	14,58	21,78	14,04	311,4	90	52,27
54-3соус	соус красный основной	0,99	0,72	2,67	21,24	30	1,01
376	чай с сахаром	0,1	0	15	60	200	2,19
	хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	3,2	0,39	20,25	99,77	40	3,12
	итого за день	18,87	22,89	51,96	492,41	510	71,57
	10 день						
312	картофельное пюре	3,12	5,1	18,57	132,6	150	31,43
290	курица тушеная в соусе	13,2	14,9	4	203	100	54,12
	кисель с витаминами и кальцием "Витошка"			24	95	200	17
	хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	3,2	0,39	20,25	99,77	40	3,12
	кондитерское изделие	0,7	2	6,6	47	10	2,6
	итого за день	20,22	22,39	73,42	577,37	500	108,27

* "Единый сборник технологических нормативов,рецептур блюд и кулинарных изделий"