

Безлактозное

Директор
С.С. Сосновская

Меню завтраков(Безлактозное) для учащихся 1-4 классов.

на период 22.01.24 - 02.02.24



| | | Цена по результатам аукциона | Номер по сборнику рецептур | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Эн.ценность |
|-----------------------------|--|------------------------------|----------------------------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|
| Понедельник 22.01.24 | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Яйцо вареное | | 575/3/1998. | 40 | 5.080 | 4.600 | 0.280 | 62.800 |
| 2 | Каша пшеничная на воде без масла | | 548/1/1998г. | 200 | 4.600 | 1.320 | 36.580 | 176.700 |
| 3 | Чай с сахаром | | 1203/3/1998г. | 200 | 0.200 | 0.000 | 10.049 | 41.418 |
| 4 | Фрукт свежий: Яблоко | | ТПП | 140 | 0.560 | 0.000 | 15.820 | 64.400 |
| Итого за Завтрак: | | 90.00 р. | | 580 | 10.44 | 5.92 | 62.729 | 345.318 |
| Итого за день: | | 90.00 р. | | 580 | 10.44 | 5.92 | 62.729 | 345.318 |
| Вторник 23.01.24 | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Рыба тушеная в томате с овощами(филе минтая)** | | 640/3/1998. | 90 | 10.374 | 6.744 | 4.351 | 119.372 |
| 2 | Картофель отварной(без масла) | | 423/3/1998. | 200 | 4.133 | 0.207 | 40.713 | 171.534 |
| 3 | Чай с лимоном, с сахаром | | 54/3гн/2020 | 200 | 0.263 | 0.000 | 10.259 | 43.798 |
| Итого за Завтрак: | | 90.00 р. | | 490 | 14.77 | 6.951 | 55.323 | 334.704 |
| Итого за день: | | 90.00 р. | | 490 | 14.77 | 6.951 | 55.323 | 334.704 |
| Среда 24.01.24 | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Рагу овощное с мясом птицы(филе курицы)* | | 887/3/1998. | 250 | 19.647 | 9.671 | 30.873 | 282.417 |
| 2 | Чай с вишней с сахаром | | 54-13гн-2020 | 200 | 0.296 | 0.000 | 11.405 | 47.298 |
| Итого за Завтрак: | | 90.00 р. | | 450 | 19.943 | 9.671 | 42.278 | 329.715 |
| Итого за день: | | 90.00 р. | | 450 | 19.943 | 9.671 | 42.278 | 329.715 |
| Четверг 25.01.24 | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Плов из говядины* | | 828/3/1998. | 250 | 19.587 | 20.227 | 56.585 | 479.409 |
| 2 | Чай с сахаром | | 1203/3/1998г. | 200 | 0.200 | 0.000 | 10.049 | 41.418 |
| Итого за Завтрак: | | 90.00 р. | | 450 | 19.787 | 20.227 | 66.634 | 520.827 |
| Итого за день: | | 90.00 р. | | 450 | 19.787 | 20.227 | 66.634 | 520.827 |
| Пятница 26.01.24 | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Тефтели(биточки) "Натуральные"(в) запеченные | | ТПП | 75 | 9.010 | 6.609 | 6.630 | 121.955 |
| 2 | Макаронные изделия отварные (без масла) | | 940/2/1998. | 200 | 7.480 | 0.884 | 47.940 | 229.840 |
| 3 | Чай с лимоном, с сахаром | | 54/3гн/2020 | 200 | 0.263 | 0.000 | 10.259 | 43.798 |
| Итого за Завтрак: | | 90.00 р. | | 475 | 16.753 | 7.493 | 64.829 | 395.593 |
| Итого за день: | | 90.00 р. | | 475 | 16.753 | 7.493 | 64.829 | 395.593 |
| Понедельник 29.01.24 | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Каша рисовая на воде без масла | | 548/2/1998. | 200 | 2.156 | 0.308 | 30.776 | 134.484 |
| 2 | Яйцо вареное | | 575/3/1998. | 40 | 5.080 | 4.600 | 0.280 | 62.800 |
| 3 | Чай с сахаром | | 1203/3/1998г. | 200 | 0.200 | 0.000 | 10.049 | 41.418 |
| 4 | Фрукт свежий: Яблоко | | ТПП | 140 | 0.560 | 0.000 | 15.820 | 64.400 |
| Итого за Завтрак: | | 90.00 р. | | 580 | 7.996 | 4.908 | 56.925 | 303.102 |
| Итого за день: | | 90.00 р. | | 580 | 7.996 | 4.908 | 56.925 | 303.102 |
| Вторник 30.01.24 | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Птица(курица гр. б) запеченная | | 894/3/1998. | 90 | 26.208 | 31.351 | 1.008 | 390.731 |
| 2 | Макаронные изделия отварные (без масла) | | 940/2/1998. | 200 | 7.480 | 0.884 | 47.940 | 229.840 |
| 3 | Чай с лимоном, с сахаром | | 54/3гн/2020 | 200 | 0.263 | 0.000 | 10.259 | 43.798 |
| Итого за Завтрак: | | 90.00 р. | | 490 | 33.951 | 32.235 | 59.207 | 664.369 |
| Итого за день: | | 90.00 р. | | 490 | 33.951 | 32.235 | 59.207 | 664.369 |
| Среда 31.01.24 | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Рагу овощное с мясом птицы(филе курицы)* | | 887/3/1998. | 250 | 19.647 | 9.671 | 30.873 | 282.417 |
| 2 | Чай с вишней с сахаром | | 54-13гн-2020 | 200 | 0.296 | 0.000 | 11.405 | 47.298 |
| Итого за Завтрак: | | 90.00 р. | | 450 | 19.943 | 9.671 | 42.278 | 329.715 |
| Итого за день: | | 90.00 р. | | 450 | 19.943 | 9.671 | 42.278 | 329.715 |
| Четверг 01.02.24 | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Котлета куриная(в) тушеная в томатном соусе* | | ТПП/1029/3/1998 | 125 | 11.954 | 11.457 | 13.274 | 203.995 |
| 2 | Гречка отварная без масла | | 931/3/1998. | 200 | 11.642 | 3.049 | 52.760 | 284.592 |

| | | | | | | | |
|---|-----------|---------------|-------|---------|---------|--------|--------|
| Итого за Завтрак: | 90.00 р. | 1203/3/1998г. | 200 | 0.200 | 0.000 | 10.049 | 41.41 |
| Итого за день: | 90.00 р. | | 525 | 23.796 | 14.506 | 76.083 | 530. |
| Пятница 02.02.24 | | | 525 | 23.796 | 14.506 | 76.083 | 530. |
| Завтрак | | | | | | | |
| 1 Гуляш из говядины | | 827/3/98. | 100 | 14.677 | 16.182 | 6.505 | 223.03 |
| 2 Макароны изделия отварные (без масла) | | 940/2/1998. | 200 | 7.480 | 0.884 | 47.940 | 229.84 |
| 3 Чай с лимоном, с сахаром | | 54/3гн/2020 | 200 | 0.263 | 0.000 | 10.259 | 43.798 |
| Итого за Завтрак: | 90.00 р. | | 500 | 22.42 | 17.066 | 64.704 | 496.6 |
| Итого за день: | 90.00 р. | | 500 | 22.42 | 17.066 | 64.704 | 496.6 |
| ИТОГО ЗА Завтрак: | 900.00 р. | | 4990 | 189.799 | 128.648 | 590.99 | 4250.0 |
| ИТОГО ЗА ПЕРИОД: | 900.00 р. | | 4990 | 189.799 | 128.648 | 590.99 | 4250.0 |
| СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД: | 90.00 р. | | 249.5 | 18.98 | 12.86 | 59.1 | 4 |
| СООТНОШЕНИЕ: | | | | 1 | 0.678 | 3.114 | |

Примечание: Безлактозное меню

Директор _____

Зав. произв. _____

Калькулятор _____