



МЕНЮ

в столовых общеобразовательных школ РТ (СТАРШИЕ) 28 руб.
с 9 по 14 января, с 23 по 28 января, с 6 по 11 февраля, с 20 по 25 февраля

1 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	
2008	323	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	170		5,1	4,5	27,6	174,2
2011	280 гп	МЯСНЫЕ ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	60/40		8,8	6,5	6,4	130,4
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,0	0,1	5,0	20,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,1	1,5	10,0	47,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		0,2	1,3	8,5	40,8
Итого за прием пищи:				28,00	14,2	13,9	57,5	413,4

2 день

2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180		14,1	13,3	13,3	234,5
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,0	0,1	5,0	20,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,1	1,5	10,0	47,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		0,2	1,3	8,5	40,8
Итого за прием пищи:				28,00	14,4	16,2	36,8	343,3

3 день

2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5		4,7	5,6	35,9	208,4
2008	280	ГУЛЯШ ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК	60		6,3	10,2	2,2	104,2
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,0	0,1	5,0	20,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,1	1,5	10,0	47,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		0,2	1,3	8,5	40,8
Итого за прием пищи:				28,00	11,3	18,7	61,6	421,4

4 день

2011	291гп	ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ	200		13,5	18,1	41,3	357,0
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,0	0,1	5,0	20,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,1	1,5	10,0	47,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		0,2	1,3	8,5	40,8
Итого за прием пищи:				28,00	13,8	21,0	64,8	465,8

5 день

2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100		3,1	2,1	14,3	93,9
2011	227 ГП	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	60		2,7	10,3	0,4	67,4
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,0	0,1	5,0	20,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,1	1,5	10,0	47,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		0,2	1,3	8,5	40,8
Итого за прием пищи:				28,00	6,1	15,3	38,2	270,1

6 день

2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	170/5		6,5	6,0	29,5	201,0
2011	295 гп	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ С СОУСОМ	60/40		7,8	9,7	9,9	146,7
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,0	0,1	5,0	20,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,1	1,5	10,0	47,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		0,2	1,3	8,5	40,8
Итого за прием пищи:				28,00	14,6	18,6	62,9	456,5



МЕНЮ

в столовых общеобразовательных школ РТ (СТАРШИЕ) 28 руб

с 16 по 21 января, с 30 января по 4 февраля, с 13 по 18 февраля, с 27 февраля по 4 марта

7 день

Сборник рецептов	№ ттк	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
					Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5		4,7	5,6	35,9	208,4
2008	280	ГУЛЯШ ИЗ КУРИНЫХ ГРУДОК	60		6,3	10,2	2,2	104,2
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,0	0,1	5,0	20,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,1	1,5	10,0	47,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		0,2	1,3	8,5	40,8
Итого за прием пищи:				28,00	11,3	18,7	61,6	421,4

8 день

2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С ФАРШЕМ	180		10,9	8,2	22,5	221,8
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,0	0,1	5,0	20,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,1	1,5	10,0	47,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		0,2	1,3	8,5	40,8
Итого за прием пищи:				28,00	11,2	11,1	46,0	330,6

9 день

2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5		5,2	4,4	20,0	143,8
2011	297	КУРИНЫЕ ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	70/30		3,6	9,8	6,3	95,3
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,0	0,1	5,0	20,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,1	1,5	10,0	47,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		0,2	1,3	8,5	40,8
Итого за прием пищи:				28,00	9,1	17,1	49,8	347,9

10 день

2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5		4,7	5,6	35,9	208,4
2011	227 ГП	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	60		2,7	10,3	0,4	67,4
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,0	0,1	5,0	20,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,1	1,5	10,0	47,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		0,2	1,3	8,5	40,8
Итого за прием пищи:				28,00	7,7	18,8	59,8	384,6

11 день

2011	289 гп	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200		6,4	17,7	21,4	211,7
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,0	0,1	5,0	20,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,1	1,5	10,0	47,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		0,2	1,3	8,5	40,8
Итого за прием пищи:				28,00	6,7	20,6	44,9	320,5

12 день

2008	181	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	170/5		4,3	3,0	17,6	121,2
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ В СОУСЕ	60/40		8,4	8,5	5,5	131,4
2011	376	ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,0	0,1	5,0	20,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		0,1	1,5	10,0	47,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		0,2	1,3	8,5	40,8
Итого за прием пищи:				28,00	13,0	14,4	46,6	361,4