



"Образованию"
Директор "Зеленодольский район"
общегообразовательного учреждения

"Утверждаю"
Заместитель генерального директора
по организации питания
АО "Департамент продовольствия и
социального питания г. Зеленодольск"
М.А. Агапова



СТ-ТЬ 61/21

МЕНЮ

МАРТ для общеобразовательных школ РТ г.ЗЕЛЕНОДОЛЬСК (многодетная семья)
1 НЕДЕЛЯ с 8 по 12 марта, с 22 по 27 марта 2021г

№ Сб.рек	Наименование продуктов	Выход	Ст-ть	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал
	ПОНЕДЕЛЬНИК						
	Обед (в т.ч. бесплатное питание)						
№ 140/2004	Суп - лапша домашняя с картофелем, фрикадел	200/11		6,04	5,7	16,3	157,24
	из птицы п/ф						
№ 70/2016	Овощи натуральные соленные (огурцы)	30		0,24	0,03	0,51	4
ТТК 2020г	Бифштекс рубленный по - домашнему (п/ф)	90		12,69	11,70	7,49	177
№ 303/2016г	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	150/5		3,50	8,26	21,83	176
№ 685/2004	Чай с сахаром	200/15		0,21	0,05	15,02	61
	Хлеб сельский	20		1	0,2	9	44
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30		2,28	0,24	14,76	71
	Итого:		61,31	25,96	26,18	84,89	690
	ВТОРНИК						
	Обед (в т.ч. бесплатное питание)						
№ 68/2015г	Щи из свежей капусты с картофелем,	200/11		6,23	8,2	7,47	114,78
	мясными фрикадельками п/ф						
№ 54/2017г	Салат из свеклы с яблоками	60		0,663	3,697	6,804	63
ТТК 2019 г	Жаркое из птицы (грудки куриные)	50/150		16,09	15,98	21,45	295
Акт 2016г	Напиток из замороженной клюквы	200		0,13	0,05	15,60	103
	Хлеб сельский	20		1	0,2	9	44
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30		2,28	0,24	14,76	71
	Итого:		61,31	26,39	28,37	75,08	691
	СРЕДА						
	Обед (в т.ч. бесплатное питание)						
№ 106/2016г	Суп картофельный с горохом, фрикадельками	200/11		8,3	7,5	15,4	162,92
	из птицы (п/ф)						
ТТК 2020 г	Салат из квашенной капусты (без лука)	60		0,983	3,052	4,632	51
№ 260/2015г	Гуляш из говядины	50/50		13,57	15,95	3,84	175
№ 202/2015г	Макароны (гр. А) отварные (масло сливочное)	150		5,64	4,47	35,95	207
№ 686/2004	Чай с сахаром и лимоном	200/15/5		0,27	0,06	15,23	63
	Хлеб сельский	20		1	0,2	9	44
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30		2,28	0,24	14,76	71
	Итого:		61,31	32,03	31,50	98,83	774
	ЧЕТВЕРГ						
	Обед (в т.ч. бесплатное питание)						
82/2015/ТТК 20	Борщ со св.капустой, картофелем, мясными	200/11		3,81	6,15	10,16	111,74
	фрикадельками (п/ф)						
№ 612/2004 г	Икра кабачковая (для детского питания)	60		1,14	5,34	4,62	71
ТТК 2020 г	Биточки рыбные из фарша минтая (п/ф)	100		15,8	10,5	18,43	206
№ 312/2015г	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/5		3,47	8,18	21,49	177
Акт 2015	Компот из замороженной вишни	200		0,20	0,05	26,60	108
	Хлеб сельский	20		1	0,2	9	44
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30		2,28	0,24	14,76	71
	Итого:		61,31	27,70	30,66	105,06	789
	ПЯТНИЦА						
	Обед (в т.ч. бесплатное питание)						
99/2015 ТТК 20	Суп крестьянский с фрикадельками	200/11		5,1	7,35	8,25	120,07
	из птицы (п/ф)						
№ 54/2017г	Салат из свеклы отварной (с маслом растит.)	60		0,86	3,65	5,02	56
№ 268/2015	Плов с говядиной	50/150		18,755	20,67	40,10	422
№ 685/2004	Компот из плодов сушеных (урюк)	200		1,00	0,08	30,56	128
	Хлеб сельский	20		1	0,2	9	44
	Хлеб пшеничный 1 сорт	30		2,28	0,24	14,76	71
	Итого:		61,31	29,00	32,19	107,69	841