

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 54

Гуменная Е.В.



Утверждено:

Директор ООО "Школьник"

Чуричков В.С.



МЕНЮ

ООО "Школьник" столовая МБОУ СОШ № 54

День: среда

Неделя: первая

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг					
			Б	Ж	У		С	В1	В2	А, мкг	Ca	Mg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17		
	ЗАВТРАК																	
ТТК 210/15/23	Омлет натуральный	65	5,11	9,75	1,58	118,95	0,11	0,04	0,20	113,87	43,73	6,88	0,95	105,89	10,21	0,59		
ТТК 174/15/24	Каша вязк.молоч. из ячневой кр.	220	7,80	11,24	42,08	269,50	1,03	0,12	0,10	26,05	173,46	39,17	1,00	236,67	4,52	0,51		
ТТК 382/15	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60	1,59	0,06	0,19	24,40	152,22	21,34	0,48	124,56	13,00	2,80		
ТТК 1/15/23	Батон подмосковный	20	1,50	0,52	10,12	46,00	0,00	0,02	0,01	0,00	3,80	2,60	0,24	13,00	0,00	0,00		
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	505	18,49	25,05	71,36	553,05	2,73	0,24	0,50	164,32	373,21	69,99	2,67	480,12	27,73	3,90		
	ОБЕД																	
ТТК 37/22	Салат из краб. палочек с кукур.	60	2,70	9,30	7,44	125,40	11,47	0,02	0,07	35,30	29,82	17,53	0,65	40,60	2,83	5,45		
ТТК 113/15/22	Суп лапша домашняя с окорочком	250/10	8,39	7,76	11,66	159,31	0,50	0,06	0,06	18,20	34,98	15,16	1,10	55,04	2,00	1,00		
ТТК 312/15	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	18,16	0,14	0,11	0,00	36,98	27,75	1,01	86,60	8,55	0,45		
ТТК 324/96/22	Котлеты рыбные из минтая	90	11,63	7,38	14,26	171,00	0,59	0,08	0,13	29,80	64,69	37,35	1,31	143,80	34,94	10,24		
ТТК 344/15/24	Компот из слив	200	0,40	0,20	28,60	118,60	3,96	0,02	0,02	6,80	14,76	4,92	0,27	8,00	1,58	0,00		
ТТК 1/15/23	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,38	52,20	0,00	0,08	0,05	0,00	25,00	8,20	0,72	25,80	0,00	5,76		
ТТК 1/15/23	Хлеб дарницкий	20	1,32	0,22	9,48	41,20	0,00	0,02	0,01	0,00	3,60	4,00	0,58	18,40	1,12	0,00		
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	800	29,02	29,84	101,26	804,96	34,68	0,42	0,45	90,10	209,83	114,91	5,64	378,24	51,02	22,90		

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 54

Утверждено:

Директор ООО "Школьник"

Гуменная Е.В.

Чуричков В.С.



МЕНЮ

ООО "Школьник" столовая МБОУ СОШ № 54

День: четверг

Неделя: вторая

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг					
			Б	Ж	У		С	В1	В2	А, мкг	Ca	Mg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
	ЗАВТРАК															
ТТК 175/15/22	Каша вяз. мол. "Дружба" из риса и пшен.	200/10	6,08	11,18	33,48	260,00	0,97	0,11	0,12	27,40	133,38	37,22	0,82	154,82	16,57	8,61
ТТК 294П/15/23	Котлеты "Петушок"	55	9,69	7,79	9,80	139,15	1,65	0,09	0,06	27,74	15,24	29,25	1,20	96,62	0,49	1,48
ТТК 378/15	Чай с молоком и сахаром	150/50/15	1,52	1,35	15,90	81,00	1,33	0,04	0,16	10,00	126,60	15,40	0,41	92,80	2,10	0,23
ТТК 1/15/23	Батон подмосковный	20	1,50	0,52	10,12	46,00	0,00	0,02	0,01	0,00	3,80	2,60	0,24	13,00	0,00	0,00
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	500	18,79	20,84	69,30	526,15	3,95	0,26	0,35	65,14	279,02	84,47	2,67	357,24	19,16	10,32
	ОБЕД															
ТТК 40/15/22	Салат "Зимний" с маслом растит.	65	1,76	6,50	4,88	85,15	0,59	0,05	0,08	12,87	14,82	4,41	0,38	50,70	3,43	4,01
ТТК 88/15	Щи из св. капусты с картоф., окор.	250/12,5	9,05	7,73	7,95	144,20	15,78	0,07	0,07	7,13	57,29	27,73	1,39	69,68	2,93	0,36
ТТК 199/15/22	Гороховое пюре	150	13,16	5,00	33,83	231,65	0,00	0,41	0,08	9,00	91,03	59,64	4,53	103,50	0,00	0,00
ТТК 294П/15/23	Котлеты "Петушок"	90	15,85	12,75	16,03	227,70	2,70	0,14	0,09	45,40	24,94	47,87	1,97	158,10	0,80	2,42
ТТК 388/15	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,27	20,76	88,20	100,00	0,00	0,10	0,00	21,34	3,44	0,63	2,00	0,00	0,00
ТТК 1/15/23	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,38	52,20	0,00	0,08	0,05	0,00	25,00	8,20	0,72	25,80	0,00	5,76
ТТК 1/15/23	Хлеб дарницкий	20	1,32	0,22	9,48	41,20	0,00	0,02	0,01	0,00	3,60	4,00	0,58	18,40	1,12	0,00
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	807,5	43,34	32,65	102,31	870,30	119,07	0,77	0,48	74,40	238,02	155,29	10,20	428,18	8,28	12,55

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 54

Гуменная Е.В.



Утверждено
Директор ООО "Школьник"

Чуричков В.С.



МЕНЮ

ООО "Школьник" столовая МБОУ СОШ № 54

День: пятница

Неделя: вторая

Возрастная категория: 7-11 лет

№ реч	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг					
							С	B1	B2	A, мкг	Ca	Mg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг
			Б	Ж	У											
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
	ЗАВТРАК															
ТК 52/15	Салат из свеклы отварной	35	0,49	2,10	2,89	32,48	2,33	0,01	0,02	0,88	12,41	7,25	0,46	18,33	3,02	0,00
ТТК 204СМ/15/22	Макаронные отварные с сыром	150/5	5,97	5,28	26,65	213,15	0,04	0,06	0,04	11,90	51,57	9,77	3,26	68,50	0,80	0,73
ТТК 280С/15/22	Фрикадельки мясные в соусе	55/50	7,62	8,74	8,80	146,97	2,09	0,11	0,06	16,30	23,75	23,14	1,11	75,42	7,65	0,00
ТК 348/15	Компот из кураги	200	0,78	0,04	27,63	114,80	0,60	0,02	0,03	0,00	32,32	17,56	0,48	21,90	0,00	0,00
ТТК 1/15/23	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,38	52,20	0,00	0,08	0,05	0,00	25,00	8,20	0,72	25,80	0,00	5,76
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	515	16,38	16,34	75,35	559,60	5,06	0,28	0,20	29,08	145,05	65,92	6,03	209,95	11,47	6,49
	ОБЕД															
ТК 52/15	Салат из свеклы отварной	60	0,84	3,61	4,96	55,68	3,99	0,02	0,03	1,50	21,28	12,42	0,79	31,43	5,17	0,00
ТТК 157/04/22	Суп Солянка сборная мясная	200	7,49	6,96	28,32	223,20	3,33	0,06	0,14	19,04	28,75	74,00	2,65	73,44	0,96	1,72
ТТК 203СМ/15/22	Макаронные отварные	150	4,65	3,95	26,65	196,00	0,00	0,06	0,02	0,00	1,57	7,02	3,22	38,50	0,80	0,00
ТТК 280С/15/22	Фрикадельки мясные в соусе	55/50	7,62	8,74	8,80	146,97	2,09	0,11	0,06	16,30	23,75	23,14	1,11	75,42	7,65	0,00
ТК 348/15	Компот из кураги	200	0,78	0,04	27,63	114,80	0,60	0,02	0,03	0,00	32,32	17,56	0,48	21,90	0,00	0,00
ТТК 1/15/23	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,38	52,20	0,00	0,08	0,05	0,00	25,00	8,20	0,72	25,80	0,00	5,76
ТТК 1/15/23	Хлеб дарницкий	20	1,32	0,22	9,48	41,20	0,00	0,02	0,01	0,00	3,60	4,00	0,58	18,40	1,12	0,00
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	755	24,22	23,70	115,22	830,05	10,01	0,37	0,34	36,84	136,27	146,34	9,55	284,89	15,70	7,48