

Меню завтраков для учащихся 1-4 классов на 2022год.

| | 6831 | Цена по результатам аукциона | Номер по сборнику рецептур | Выход | Белки | Жиры | Углеводы | Эн.ценность |
|--------------------------|------------------------------------------------------------|------------------------------|----------------------------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|
| Понедельник | | | | | | | | |
| 1 неделя | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Яйцо вареное. | 15.53 р. | 575/3/1998 | 40 | 5.080 | 4.600 | 0.280 | 62.800 |
| 2 | Каша молочная*. | 32.30 р. | 548/1/1998 Г. | 185 | 7.585 | 7.778 | 33.416 | 226.813 |
| 3 | Хлеб пшеничный/ржаной/ржано-пшеничный. | 1.55 р. | ТПП | 25 | 1.900 | 0.225 | 12.425 | 56.500 |
| 4 | Чай с сахаром. | 2.51 р. | 1203/3/1998 Г. | 200 | 0.200 | 0.000 | 10.049 | 38.490 |
| 5 | Фрукт свежий**. | 27.76 р. | ТПП | 70 | 0.560 | 0.000 | 6.020 | 26.600 |
| 6 | Кондитерское изделие в индивидуальной упаковке. | 10.35 р. | ТПП | 30 | 1.881 | 1.485 | 24.651 | 118.470 |
| Итого за Завтрак: | | 90.00 р. | | 550 | 17,206 | 14,088 | 86,841 | 529,673 |
| Итого за день: | | 90.00 р. | | 550 | 17,206 | 14,088 | 86,841 | 529,673 |
| Вторник | | | | | | | | |
| 1 неделя | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Рыба тушеная в томате с овощами. | 53.10 р. | 640/3/1998 | 90 | 10.497 | 6.749 | 4.351 | 119.465 |
| 2 | Картофельное пюре. | 28.01 р. | 946/2/1998 | 175 | 3.664 | 4.442 | 29.529 | 165.945 |
| 3 | Хлеб пшеничный/ржаной/ржано-пшеничный. | 2.72 р. | ТПП | 35 | 2.660 | 0.315 | 17.395 | 79.100 |
| 4 | Чай с лимоном. с сахаром. | 6.17 р. | 54/3гн/202 | 200 | 0.263 | 0.000 | 10.259 | 40.870 |
| Итого за Завтрак: | | 90.00 р. | | 500 | 17,084 | 11,506 | 61,534 | 405,38 |
| Итого за день: | | 90.00 р. | | 500 | 17,084 | 11,506 | 61,534 | 405,38 |
| Среда | | | | | | | | |
| 1 неделя | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Сырники/запеканка творожно-морковные/творожные запеченные. | 30.72 р. | ТПП | 75 | 8.925 | 3.275 | 10.125 | 105.670 |
| 2 | Молоко сгущенное. | 5.02 р. | 1087/98. | 10 | 0.720 | 0.850 | 5.600 | 32.000 |
| 3 | Рагу овощное с мясом птицы | 46.10 р. | 887/3/1998 | 200 | 12.750 | 16.776 | 24.847 | 296.077 |
| 4 | Хлеб пшеничный/ржаной/ржано-пшеничный. | 1.53 р. | ТПП | 25 | 1.900 | 0.225 | 12.425 | 56.500 |
| 5 | Чай ягодный*** с сахаром. | 6.63 р. | 54-13гн-2020 | 200 | 0.308 | 0.000 | 10.709 | 42.090 |
| Итого за Завтрак: | | 90.00 р. | | 510 | 24,603 | 21,126 | 63,706 | 532,337 |
| Итого за день: | | 90.00 р. | | 510 | 24,603 | 21,126 | 63,706 | 532,337 |
| Четверг | | | | | | | | |
| 1 неделя | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Плов из говядины. | 85.49 р. | 828/3/1998 | 250 | 19.982 | 18.612 | 57.091 | 464.946 |
| 2 | Хлеб пшеничный/ржаной/ржано-пшеничный. | 2.50 р. | ТПП | 50 | 3.800 | 0.450 | 24.850 | 113.000 |
| 3 | Чай с сахаром. | 2.01 р. | 1203/3/1998 Г. | 200 | 0.200 | 0.000 | 10.049 | 38.490 |
| Итого за Завтрак: | | 90.00 р. | | 500 | 23,982 | 19,062 | 91,99 | 616,436 |
| Итого за день: | | 90.00 р. | | 500 | 23,982 | 19,062 | 91,99 | 616,436 |
| Пятница | | | | | | | | |
| 1 неделя | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Тефтели(биточки) тушеные в сметанном соусе с томатом. | 64.48 р. | ТПП/1045/3/1998 | 105 | 9.451 | 8.805 | 8.213 | 150.097 |
| 2 | Макаронные изделия отварные. | 15.45 р. | 940/3/1998 | 165 | 5.715 | 4.114 | 40.898 | 213.412 |
| 3 | Хлеб пшеничный/ржаной/ржано-пшеничный. | 2.76 р. | ТПП | 30 | 2.280 | 0.270 | 14.910 | 67.800 |
| 4 | Чай с лимоном. с сахаром. | 7.31 р. | 54/3гн/202 | 200 | 0.263 | 0.000 | 10.259 | 40.870 |
| Итого за Завтрак: | | 90.00 р. | | 500 | 17,709 | 13,189 | 74,28 | 472,179 |
| Итого за день: | | 90.00 р. | | 500 | 17,709 | 13,189 | 74,28 | 472,179 |
| Понедельник | | | | | | | | |
| 2 неделя | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Сыр п/твердых сортов порционный. | 16.10 р. | 54-1з-2020 | 15 | 4.020 | 4.095 | 0.000 | 54.150 |
| 2 | Каша молочная*. | 25.89 р. | 548/1/1998 Г. | 185 | 6.514 | 6.372 | 40.496 | 236.004 |
| 3 | Яйцо вареное. | 15.74 р. | 575/3/1998 | 40 | 5.080 | 4.600 | 0.280 | 62.800 |
| 4 | Хлеб пшеничный/ржаной/ржано-пшеничный. | 1.57 р. | ТПП | 25 | 1.900 | 0.225 | 12.425 | 56.500 |
| 5 | Чай с сахаром. | 2.54 р. | 1203/3/1998 Г. | 200 | 0.200 | 0.000 | 10.049 | 38.490 |
| 6 | Фрукт свежий**. | 28.16 р. | ТПП | 70 | 0.560 | 0.000 | 6.020 | 26.600 |
| Итого за Завтрак: | | 90.00 р. | | 535 | 18,274 | 15,292 | 69,27 | 474,544 |
| Итого за день: | | 90.00 р. | | 535 | 18,274 | 15,292 | 69,27 | 474,544 |
| Вторник | | | | | | | | |
| 2 неделя | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Птица запеченая. | 70.93 р. | 894/3/1998 | 90 | 26.208 | 31.351 | 1.008 | 390.731 |
| 2 | Макаронные изделия отварные. | 11.75 р. | 940/2/1998 | 180 | 6.253 | 4.161 | 44.789 | 230.590 |

| | | | | | | | | |
|---|-------------------------------------------|------------------|-----------------|--------------|----------------|----------------|----------------|-----------------|
| 3 | Хлеб пшеничный/ржаной/ржано-пшеничный. | 2.01 р. | ТПП | 30 | 2.280 | 0.270 | 14.910 | 67.800 |
| 4 | Чай с лимоном, с сахаром. | 5.31 р. | 54/3гн/202 | 200 | 0.263 | 0.000 | 10.259 | 40.870 |
| | Итого за Завтрак: | 90.00 р. | | 500 | 35,004 | 35,782 | 70,966 | 729,991 |
| | Итого за день: | 90.00 р. | | 500 | 35,004 | 35,782 | 70,966 | 729,991 |
| | Среда | | | | | | | |
| | 2 неделя | | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | | |
| 1 | Рагу овощное с мясом птицы. | 70.86 р. | 887/3/1998 | 250 | 15.938 | 20.970 | 31.058 | 370.097 |
| 2 | Хлеб пшеничный/ржаной/ржано-пшеничный. | 3.76 р. | ТПП | 50 | 3.800 | 0.450 | 24.850 | 113.000 |
| 3 | Чай ягодный*** с сахаром. | 15.38 р. | 54-13гн-2020 | 200 | 0.200 | 0.000 | 10.049 | 38.490 |
| | Итого за Завтрак: | 90.00 р. | | 500 | 19,938 | 21,42 | 65,957 | 521,587 |
| | Итого за день: | 90.00 р. | | 500 | 19,938 | 21,42 | 65,957 | 521,587 |
| | Четверг | | | | | | | |
| | 2 неделя | | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | | |
| 1 | Котлета куриная тушеная в томатном соусе. | 58.42 р. | ТПП/1029/3/1998 | 125 | 11.941 | 11.452 | 13.249 | 203.808 |
| 2 | Гречка отварная. | 25.00 р. | 931/3/1998 | 145 | 8.210 | 5.306 | 44.002 | 245.725 |
| 3 | Хлеб пшеничный/ржаной/ржано-пшеничный. | 2.81 р. | ТПП | 30 | 2.280 | 0.270 | 14.910 | 67.800 |
| 4 | Чай с сахаром. | 3.77 р. | 1203/3/1998г. | 200 | 0.200 | 0.000 | 10.049 | 38.490 |
| | Итого за Завтрак: | 90.00 р. | | 500 | 22,631 | 17,028 | 82,21 | 555,823 |
| | Итого за день: | 90.00 р. | | 500 | 22,631 | 17,028 | 82,21 | 555,823 |
| | Пятница | | | | | | | |
| | 2 неделя | | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | | |
| 1 | Гуляш из говядины. | 73.90 р. | 827/3/98. | 90 | 13.606 | 13.459 | 4.579 | 196.359 |
| 2 | Макаронные изделия отварные. | 9.92 р. | 940/2/1998 | 180 | 6.253 | 4.161 | 44.789 | 230.590 |
| 3 | Хлеб пшеничный/ржаной/ржано-пшеничный. | 1.70 р. | ТПП | 30 | 2.280 | 0.270 | 14.910 | 67.800 |
| 4 | Чай с лимоном, с сахаром. | 4.48 р. | 54/3гн/202 | 200 | 0.263 | 0.000 | 10.259 | 40.870 |
| | Итого за Завтрак: | 90.00 р. | | 500 | 22,402 | 17,89 | 74,537 | 535,619 |
| | Итого за день: | 90.00 р. | | 500 | 22,402 | 17,89 | 74,537 | 535,619 |
| | ИТОГО ЗА Завтрак: | 900.00 р. | | 5095 | 218,833 | 186,383 | 741,291 | 5373,569 |
| | ИТОГО ЗА ПЕРИОД: | 900.00 р. | | 5095 | 218,833 | 186,383 | 741,291 | 5373,569 |
| | СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД: | 90.00 р. | | 509.5 | 21,88 | 18,64 | 74,13 | 537,36 |
| | СООТНОШЕНИЕ: | | | | 1 | 0,852 | 3,388 | |

Примечание:

*Для приготовления молочной каши используется крупа пшеничная, пшеничная, ячневая, овсяная, кукурузная, рисовая, гречневая.

** Фрукты свежие: яблоки, мандарины, апельсины, бананы, груши. Не допускается выдача резанных фруктов. Допускается увеличение выхода фруктов.

***Ягода: Смородина красная, смородина черная, голубика, черника, брусника, облепиха, клубника, клюква, малина, вишня.

Литература (сборники рецептов):

- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий [Текст] :Нормат. документация для предприятий обществ. питания / Сост. Румянцев А. В. - Москва : Дело и Сервис, 1998.
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях/ Могильный М.П., Тутельян Т.В. Издательство "Дели принт", Москва, 2011.
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий диетического питания. Для предприятий общественного питания/Лапшина В.Т, Издательство "Хлебпродинформ", Москва, 2002/04.
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий/Харченко Н.Э., Издательство "Академия", Москва, 2014.
- Новейший сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания/Климова М., Издательство "Дом славянской книги", Москва, 2016.
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий, Издательство "ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора ", Новосибирск, 2020.
- Единый сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для образовательных учреждений/Перевалов А.Я., Издательство "УОРЦП", Пермь, 2018.
- Химический состав пищевых продуктов. Справочник под редакцией А.А. Покровского, Издательство "Пищевая промышленность", Москва, 1976.
- Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник технических нормативов/Могильный М.П., Тутельян Т.В., Издательство "ДеЛи плюс", Москва, 2011/17.
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий: Для предприятий обществ. питания/Авт.-сост. А.И. Здобнов, В.А. Цыганенко. - К.: ООО "Издательство Арий", М.: ИКТЦ "Лада", 2009.
- Сборник рецептов на продукцию общественного питания. Сборник технических нормативов 2-е издание дополненное и переработанное/Могильный М.П., Тутельян Т.В., Издательство "ДеЛи плюс", Москва, 2016.