

Согласовано
 И.о. Директор ГКОУ УР "Школа № 92"
 Погова Е.В.

День: понедельник
 Неделя: первая
 Возрастная категория: 12 лет и старше

ООО "Школьник" столовая ГКОУ УР "Школа № 92"

МЕНЮ



Утверждено:
 Директор ООО "Школьник"
 Чуриков В.С.

№ рецепта	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	Са	Мg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг							
1	ЗАВТРАК	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17							
ТТК 173/15/24	Каша вяз. мол. из хлопьев овс. "Геркулес"	220	8,85	9,96	40,43	287,78	1,03	0,19	0,17	58,37	159,46	76,13	1,85	249,47	20,24	2,01							
ТТК 271С/15/22	Котлета мясная домашняя	75	12,02	13,22	7,16	191,22	0,11	0,16	0,10	2,84	12,77	15,63	1,55	120,50	1,28	13,49							
ТТК 377/15	Чай с лимоном и сахаром	200/15/7	0,13	0,02	15,20	62,00	2,83	0,01	0,02	2,00	14,20	2,40	0,36	17,20	0,00	0,00							
ТТК 1/15/23	Батон подмосковный	40	3,00	1,04	20,24	92,00	0,00	0,04	0,02	0,00	7,60	5,20	0,48	26,00	0,00	0,00							
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	557	24,00	24,24	83,03	633,00	3,97	0,40	0,31	63,21	194,03	99,36	4,24	413,17	21,52	15,50							
	ОБЕД																						
ТК 45/15	Салат из белокочанной капусты	100	1,31	3,25	6,47	60,40	17,10	0,03	5,00	344,67	24,97	15,09	0,47	37,67	3,10	0,23							
ТК 103/15	Суп каргоф. с макар.изд, окорочком	250/12,5	9,97	5,62	17,51	172,70	8,25	0,12	0,08	7,13	37,24	32,88	1,69	88,26	2,17	0,17							
ТК 305/15	Рис припущенный	180	4,37	5,16	44,00	239,94	0,00	0,03	0,02	0,00	2,90	22,81	0,61	72,72	3,78	0,00							
ТТК 268К/15/23	Шницель «Новинка»	100	10,40	15,21	13,33	232,31	1,14	0,10	0,18	21,33	24,04	29,24	2,66	149,00	2,10	10,47							
ТК 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 ПРИЕМ	882,5	29,57	29,91	120,93	886,95	126,49	0,38	5,44	373,13	139,09	115,66	7,36	393,85	12,27	16,63							
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1439,5	53,57	54,15	203,96	1519,95	130,46	0,78	5,75	436,34	333,12	215,02	11,60	807,02	33,79	32,13							



Согласовано:
И.о. Директор ООО "Школьник" №92

МЕНЮ

ООО "Школьник" столовая ГКОУ УР "Школа № 92"



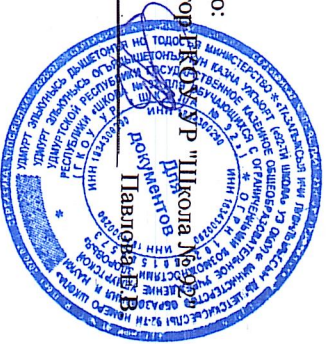
Утверждено:
Директор ООО "Школьник"
Цуричков В.С.

День: среда

Неделя: первая

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рецеп	Применение 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	Са	Мg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг							
1	ЗАВТРАК	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17							
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.молочн. 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 405/15	Хлебная булочка	65	4,52	3,03	32,16	156,91	0,00	0,11	0,09	39,65	13,70	18,89	0,94	78,65	0,00	0,00							
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	550	21,51	27,56	93,40	663,96	2,73	0,33	0,58	203,97	383,11	86,28	3,37	545,77	27,73	3,90							
	ОБЕД																						
ТТК 67/15	Винегрет овощной (отруцы конс.)	100	1,38	10,02	6,55	122,00	9,63	0,05	0,03	234,50	31,23	19,53	0,83	43,17	2,80	0,08							
ТТК 113/15/22	Суп лапша домашняя с окорочком	250/12,5	9,85	8,32	11,67	170,20	0,50	0,06	0,06	19,63	36,59	16,28	1,21	59,18	2,00	1,00							
ТТК 312/15	Пюре картофельное	200	4,09	6,40	27,25	183,00	24,21	0,19	0,15	0,00	49,30	37,00	1,35	115,46	11,40	0,60							
ТТК 324/96/22	Котлеты рыбные из минтая	100	12,92	8,20	15,84	190,00	0,66	0,09	0,14	33,10	71,88	41,50	1,46	159,80	38,82	11,38							
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	40	3,04	0,36	18,76	104,40	0,00	0,16	0,10	0,00	50,00	16,40	1,44	51,60	0,00	11,52							
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	922,5	33,00	33,72	118,15	929,40	38,96	0,59	0,51	294,03	257,36	139,63	7,14	455,61	57,72	24,58							
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1472,5	54,51	61,28	211,55	1593,36	41,69	0,92	1,09	498,00	640,47	225,91	10,51	1001,38	85,45	28,48							



Согласовано:
И.о. Директора

Утверждено:
Директор ООО "Школьник"
Чуричков В.С.

МЕНЮ

ООО "Школьник" столовая ГКОУ УР "Школа № 92"

День: четверг
Неделя: первая

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рецеп	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	Са	Mg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг								
1	ЗАВТРАК	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17								
ТТК 223/15/22	Запеканка из творога со ступш.мол.	60/10	11,27	8,10	15,75	180,88	0,26	0,05	0,18	57,92	121,19	17,55	0,51	125,04	6,30	13,37								
ТТК 181/15/24	Каша вязк. молочная из манной кр.	220	6,42	5,65	34,61	160,93	1,26	0,09	0,16	22,88	140,49	21,80	0,47	124,19	9,86	2,19								
ТТК 379/15	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,60	1,30	0,04	0,16	20,00	125,78	14,00	0,13	90,00	0,00	0,00								
ТТК 405/15	Хлебная булочка	60	4,18	2,80	28,79	144,84	0,00	0,10	0,07	36,60	12,64	17,44	0,86	72,60	0,00	0,00								
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	550	25,04	19,23	95,10	587,25	2,82	0,28	0,57	137,40	400,10	70,79	1,97	411,83	16,16	15,56								
	ОБЕД																							
ТТК 47/15/22	Салат из квашеной капусты	100	1,80	5,07	46,62	90,62	11,82	0,00	0,08	45,33	44,67	15,40	0,65	69,83	3,28	5,85								
ТТК 109/04	Суп Пуштыге шyd с окорочком	250/12,5	10,89	6,76	16,99	184,15	12,00	0,10	0,08	33,43	43,99	38,20	2,01	136,20	4,46	0,27								
ТТК 203/15/22	Макаронны отварные	180	5,52	4,68	29,52	226,80	0,00	0,07	0,02	0,00	1,81	8,40	3,85	46,20	0,96	0,00								
ТТК 234C/04/22	Биточки мясные "Ёжик" в соусе	50/50	8,30	12,74	4,60	156,58	0,08	0,11	0,06	21,92	3,28	5,09	0,18	76,67	4,30	0,19								
ТТК 156/08/22	Напиток из лимонов	200	0,10	0,00	24,20	93,00	2,92	0,01	0,00	0,40	9,28	2,88	0,08	4,00	0,02	0,07								
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	882,5	29,45	29,65	140,79	844,55	26,82	0,39	0,30	101,08	131,63	82,17	8,07	377,10	14,14	12,14								
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1432,5	54,49	48,88	235,89	1431,80	29,64	0,67	0,87	238,48	531,73	152,96	10,04	788,93	30,30	27,70								





Согласовано
И.о. Директор ГКОУ УР "Школа № 92"
Павлов В.В.

МЕНЮ



Чуричков В.С.

ООО "Школьник" столовая ГКОУ УР "Школа № 92"

День: пятница
Неделя: первая

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ п/п	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	Са	Mg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг							
1	ЗАВТРАК	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17							
ТТК 173/15/24	Каша вязк. молоч. из пшеничной кр.	220	10,54	9,56	54,74	301,30	1,08	0,15	0,17	58,91	177,87	54,91	2,87	234,76	8,56	1,90							
ТТК 268К/15/23	Шницель «Новинка»	75	7,80	11,41	10,00	174,23	0,86	0,08	0,14	16,00	18,03	21,93	2,00	111,75	1,58	7,85							
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 405/15	Хлебная булочка	50	3,48	2,33	23,97	120,70	0,00	0,08	0,06	30,50	10,54	14,53	0,72	60,50	0,00	0,00							
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	560	23,34	24,65	104,61	677,23	3,27	0,35	0,53	115,41	333,04	106,77	6,00	499,81	12,24	9,98							
	ОБЕД																						
ТТК 52/15	Салат из свежкл. отварной	100	1,41	6,01	8,26	92,80	6,65	0,03	0,05	2,50	35,46	20,70	1,32	52,38	8,62	0,00							
ТТК 88/15	Щи из св. капусты с картофелем	250	1,77	4,95	7,90	89,75	15,78	0,06	0,05	0,00	49,25	22,13	0,83	49,00	2,93	0,36							
ТТК 199/15/22	Гороховое пюре	200	1,755	6,67	46,11	308,87	0,00	0,55	0,11	12,00	121,37	79,52	6,04	138,00	0,00	0,00							
ТТК 295Ш/15/22	Котлетт из филе окорочков	100	20,81	21,19	15,40	376,97	0,00	0,15	0,10	50,40	41,33	38,38	4,33	175,70	0,89	2,69							
ТТК 349/15/22	Компот из яблок и кураги	200	0,49	0,07	24,13	100,20	0,20	0,01	0,01	36,40	17,00	9,45	0,46	9,20	0,22	0,14							
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	890	44,87	39,29	120,66	1061,99	22,63	0,90	0,38	101,30	293,01	182,38	14,28	468,48	13,78	8,95							
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1450	68,21	63,94	225,27	1739,22	25,90	1,25	0,91	216,71	626,05	289,15	20,28	968,29	26,02	18,93							



Согласовано:
И.о. Директор

Чуричков В.С.

ООО "Школьник" столовая ГКОУ УР "Школа № 92"

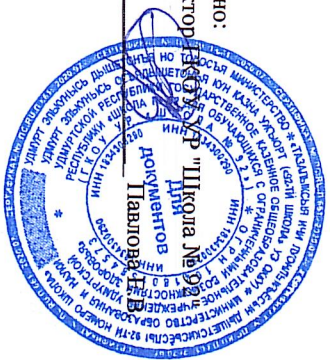
МЕНЮ

День: понедельник
Неделя: вторник

Возрастная категория: 12 лет и старше



№ п/п	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	Са	Мг	Fe	P	I, мкг	Se, мкг										
1	ЗАВТРАК	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17										
ТТК 173/15/22	Каша вязк. молоч. из пшённой кр.	200/5	8,90	7,41	46,28	228,00	1,00	0,15	0,14	52,79	151,96	46,38	2,42	182,95	13,81	2,80										
ТТК 294/15/22	Котлеты рублен. из филе куриного	45	8,00	9,61	9,32	155,70	0,44	0,03	0,04	34,10	33,93	12,39	0,82	68,91	0,81	1,18										
ТТК 376/15	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	0,03	0,00	0,00	0,00	11,10	1,40	0,28	2,80	0,00	0,00										
ТТК 06/22	Плюшка Московская	75	6,80	7,00	47,16	280,04	0,71	0,12	0,05	0,00	32,86	13,40	0,80	64,50	2,25	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 ПРИЁМ	560	25,29	24,22	127,14	775,94	2,18	0,38	0,28	86,89	254,85	81,77	5,04	344,96	16,87	9,74										
	ОБЕД																									
ТК 45/15	Салат из белокочанной капусты	100	1,31	3,25	6,47	60,40	17,10	0,03	5,00	344,67	24,97	15,09	0,47	37,67	3,10	0,23										
ТК 103/15	Суп картоф. с макар. изд. окор.	250/12,5	9,97	5,62	17,51	172,70	8,25	0,12	0,08	7,13	37,24	32,88	1,69	88,26	2,17	0,17										
ТК 303/15	Каша гречневая вязкая	200	6,11	6,68	27,36	194,00	0,00	0,15	0,08	0,00	11,26	96,04	3,23	145,16	0,00	0,13										
ТТК 268С/15/22	Шницель	100	14,99	14,91	13,08	249,88	0,00	0,26	0,13	0,00	9,70	31,32	2,32	128,44	5,83	0,00										
ТТК 342/15/23	Компот из св. плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	27,88	114,60	0,90	0,01	0,01	0,00	14,18	5,14	0,95	4,40	0,24	0,04										
ТТК 1/15/23	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	18,76	104,40	0,00	0,16	0,10	0,00	50,00	16,40	1,44	51,60	0,00	11,52										
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	922,5	36,90	31,20	120,54	937,18	26,25	0,75	5,41	351,80	150,95	200,87	10,68	473,93	12,46	12,09										
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1482,5	62,19	55,42	247,68	1713,12	28,43	1,13	5,69	438,69	405,80	282,64	15,72	818,89	29,33	21,83										



Согласовано:
И.о. Директор

Чурячков В.С.

Утверждено:

Директор ООО "Школьник"

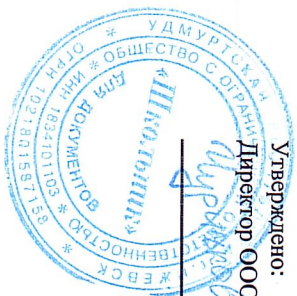
МЕНЮ

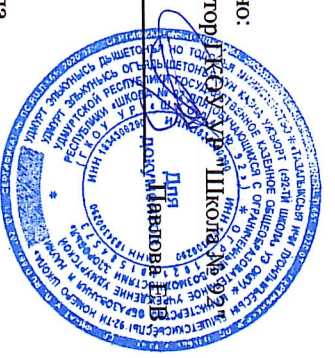
ООО "Школьник" столовая ГКОУ УР "Школа № 92"

День: вторник
Неделя: вторник

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ п/п	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	Са	Mg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг							
1	ЗАВТРАК	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17							
ТТК 222/15/22	Пудинг творожно-манный со стущ. молок.	75/15	9,45	7,11	19,21	177,67	0,19	0,06	0,26	229,47	104,62	17,13	0,63	167,11	15,83	0,67							
ТТК 173/15/24	Каша вяз. мол. из хлопьев овс. "Геркулес"	210	8,44	9,62	38,55	275,93	0,98	0,18	0,15	53,14	153,33	72,55	1,76	238,90	19,30	1,92							
ТТК 377/15/23	Чай с лимоном и сахаром	200	0,12	0,02	13,69	55,86	2,55	0,01	0,02	1,80	12,79	2,16	0,32	15,50	0,00	0,00							
ТТК 405/15	Хлебная булочка	50	3,48	2,33	23,97	120,70	0,00	0,08	0,06	30,50	10,54	14,53	0,72	60,50	0,00	0,00							
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	550	21,49	19,08	95,42	630,16	3,72	0,33	0,49	314,91	281,28	106,37	3,43	482,01	35,13	2,59							
	ОБЕД																						
ТТК 37/15/22	Салат "Деревенский"	100	1,37	7,93	8,55	110,83	7,18	0,05	0,03	0,75	24,72	19,45	0,70	19,97	2,00	0,08							
ТТК 82/15	Борщ со св. капуст., картоф. и окорочком	250/10	7,62	7,15	10,98	147,36	10,68	0,06	0,07	5,70	56,16	30,61	1,68	71,14	6,18	1,03							
ТТК 304/15/22	Рис отварной	180	0,07	7,88	36,63	231,75	0,00	0,04	0,03	18,60	2,30	7,99	3,67	86,76	0,82	8,71							
ТТК 271С/15/22	Котлета мясная Домашняя	100	16,03	17,62	9,54	254,96	0,14	0,21	0,13	3,78	17,02	20,84	2,06	160,67	1,70	17,99							
ТТК 349/15/24	Компот из смеси сухофруктов	200	0,90	0,10	34,00	131,80	1,82	0,01	0,04	35,20	29,62	20,08	0,85	39,40	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	880	28,83	41,08	118,56	970,10	19,82	0,47	0,36	64,03	158,42	111,17	10,26	422,14	11,82	33,57							
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1430	50,32	60,16	213,98	1600,26	23,54	0,80	0,85	378,94	439,70	217,54	13,69	904,15	46,95	36,16							





Согласовано:
И.о. Директор

Утверждено:
Директор ООО "Школьник"
Чуричков В.С.

МЕНЮ

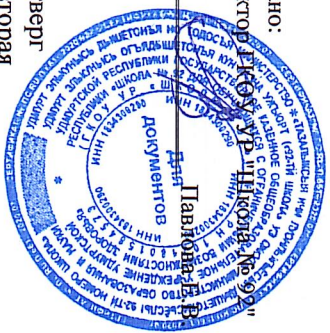
ООО "Школьник" столовая ГКОУ УР "Школа № 92"



День: среда
Неделя: вторник
Возрастная категория: 12 лет и старше

№ п/п	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	Са	Mg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг							
1	ЗАВТРАК	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17							
	Омлет натуральный	55	4,32	8,25	1,34	100,65	0,09	0,03	0,17	96,35	37,01	5,82	0,81	89,60	8,64	0,50							
	Каша вязк.молоч. из манной крупы	220	6,42	5,65	34,61	160,93	1,26	0,09	0,16	22,88	140,49	21,80	0,47	124,19	9,86	2,19							
	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							
	Булочка обсыпанная с маком	75	6,08	2,33	39,45	206,00	0,00	0,08	0,06	14,30	6,40	6,81	14,85	66,80	0,00	0,00							
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	550	20,90	19,77	92,98	586,18	2,94	0,26	0,58	157,93	336,12	55,77	16,61	405,15	31,50	5,49							
	ОБЕД																						
	Салат из квашеной капусты	100	1,80	5,07	46,62	90,62	11,82	0,00	0,08	45,33	44,67	15,40	0,65	69,83	3,28	5,85							
	Рассольник Ленинградский с окор.	250/12,5	9,30	7,87	12,03	161,70	8,38	0,10	0,08	7,13	37,19	29,78	1,49	77,41	2,89	4,70							
	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,53	164,70	21,79	0,17	0,13	0,00	44,38	33,30	1,21	103,92	10,26	0,54							
	Котлеты рыбные из минтая	100	12,92	8,20	15,84	190,00	0,66	0,09	0,14	33,10	71,88	41,50	1,46	159,80	38,82	11,38							
	Напиток из лимонов	200	0,10	0,00	24,20	93,00	2,92	0,01	0,00	0,40	9,28	2,88	0,08	4,00	0,02	0,07							
	Хлебная булочка	50	3,48	2,33	23,97	120,70	0,00	0,08	0,06	30,50	10,54	14,53	0,72	60,50	0,00	0,00							
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	892,5	31,28	29,23	147,19	820,72	45,57	0,45	0,49	116,46	217,94	137,39	5,61	475,46	55,27	22,54							
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1442,5	52,18	49,00	240,17	1406,90	48,51	0,71	1,07	274,39	554,06	193,16	22,22	880,61	86,77	28,03							

Согласовано:
И.о. Директор ТКОУ УР "Школа № 92"



МЕНЮ

ООО "Школьник" столовая ТКОУ УР "Школа № 92"

День: четверг
Неделя: вторая

Возрастная категория: 12 лет и старше

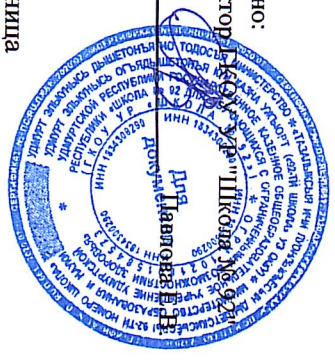
Утверждено:
Директор ООО "Школьник"



Цуричков В.С.

№ п/п	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	Са	Мг	Fe	P	I, мкг	Se, мкг				
1	ЗАВТРАК	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17				
ТТК 175/15/24	Каша вяз. мол. "Дружба" из риса и пшен.	220	6,48	9,94	35,83	214,68	1,04	0,12	0,13	28,71	133,52	37,28	0,85	165,34	17,81	9,26				
ТТК 65С/08/22	Бифштекс мясной рубленый Школьный	55	11,15	13,73	1,65	153,70	0,92	0,04	0,09	8,25	15,83	31,92	3,14	83,05	0,00	0,00				
ТК 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				
ТК 405/15	Хлебная булочка	60	4,18	2,80	28,79	144,84	0,00	0,10	0,07	36,60	12,64	17,44	0,86	72,60	0,00	0,00				
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	550	23,33	27,82	82,17	594,22	3,29	0,30	0,45	83,56	288,59	102,04	5,26	413,79	19,91	9,49				
	ОБЕД																			
ТТК 40/15/22	Салат "Зимний" с маслом растит.	100	2,70	10,00	7,50	131,00	0,90	0,07	0,12	19,80	22,80	6,78	0,58	78,00	5,28	6,17				
ТК 88/15	Щи из св. капусты с картофелем	250	1,77	4,95	7,90	89,75	15,78	0,06	0,05	0,00	49,25	22,13	0,83	49,00	2,93	0,36				
ТТК 199/15/22	Гороховое пюре	180	15,79	6,00	40,60	277,98	0,00	0,49	0,10	10,80	109,24	71,57	5,44	124,20	0,00	0,00				
ТТК 294П/15/23	Котлеты "Пегушок"	100	17,61	14,17	17,81	253,00	3,00	0,16	0,10	50,44	27,71	53,19	2,19	175,67	0,89	2,69				
ТТК 157/08/22	Напиток из апельсинов	200	0,10	0,00	25,20	96,00	1,40	0,00	0,00	2,00	2,40	0,80	0,08	1,20	0,12	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	870	40,81	35,52	117,87	941,13	21,08	0,88	0,43	83,04	240,00	166,67	10,42	472,27	10,34	14,98				
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1420	64,14	63,34	200,04	1535,35	24,37	1,18	0,88	166,60	528,59	268,71	15,68	886,06	30,25	24,47				

Согласовано:
И.о. Директор ООО "Школьник" _____



Утверждено:
Директор ООО "Школьник" _____

Чурчиков В.С.

ООО "Школьник" столовая ГКОУ УР "Школа № 92"

МЕНЮ

День: пятница
Неделя: вторник
Возрастная категория: 12 лет и старше



№ п/п	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	Са	Mg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг							
1	ЗАВТРАК	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17							
ТТК 173/15/24	Каша вязк. молоч. из пшеничной кр.	220	10,54	9,56	54,74	301,30	1,08	0,15	0,17	58,91	177,87	54,91	2,87	234,76	8,56	1,90							
ТТК 268С/15/22	Шницель	65	9,74	9,69	8,50	162,42	0,00	0,17	0,08	0,00	6,31	20,36	1,51	83,49	3,79	0,00							
ТТК 379/15	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,60	1,30	0,04	0,16	20,00	125,78	14,00	0,13	90,00	0,00	0,00							
ТТК 405/15	Хлебная булочка	65	4,52	3,03	32,16	156,91	0,00	0,11	0,09	39,65	13,70	18,89	0,94	78,65	0,00	0,00							
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	550	27,97	24,96	111,35	721,23	2,38	0,47	0,50	118,56	323,66	108,16	5,45	486,90	12,35	1,90							
	ОБЕД																						
ТТК 52/15	Салат из свежкы отварной	100	1,41	6,01	8,26	92,80	6,65	0,03	0,05	2,50	35,46	20,70	1,32	52,38	8,62	0,00							
ТТК 157/04/22	Суп Солянка сборная мясная	250	9,36	8,70	35,40	279,00	4,16	0,08	0,17	23,80	35,94	92,50	3,31	91,80	1,20	2,15							
ТТК 203/15/22	Макаронны отварные	180	5,52	4,68	29,52	226,80	0,00	0,07	0,02	0,00	1,81	8,40	3,85	46,20	0,96	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							
ТТК 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 405/15	Хлебная булочка	50	3,48	2,33	23,97	120,70	0,00	0,08	0,06	30,50	10,54	14,53	0,72	60,50	0,00	0,00							
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ	885	28,17	30,50	133,58	981,07	13,50	0,39	0,39	73,10	139,82	176,83	10,79	348,20	18,43	2,15							
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1435	56,14	55,46	244,93	1702,30	15,88	0,86	0,89	191,66	463,48	284,99	16,24	835,10	30,78	4,05							