

Цилиачное меню Меню Села

на период с 30.11.2020г. по 04.12.2020

Увед. И.О. директора
ГБОУ СОШ с. Земцовна
Борисова И.В.

Сверные рецептур	Код	Наименование	Выход	Цена продаж	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества							
					Белки	Жиры	Углеводы	Кал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Fe (мг)		
Полобильник																					
Завтрак (с 7 до 11 лет)																					
1104	13071	Бутирброд горячий с ветчиной и сыром	60	25,00	7,51	8,69	16,82	171,53	0,03	0,11	0,08	0,08	7,51	7,51		107,96	13,21	198,71	0,74		
Tab.№2490	13062	Десерт фруктовый (яблоко)	120	8,00	0,48	0,48	11,76	53,38			0,04	0,02	12,00			18,20	10,00	13,20	2,64		
Таблица №400	13198	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом	2005	19,00	8,35	9,82	34,12	258,26	0,05	0,24	0,20	1,28	8,26	2,85	5,90	145,99	71,26	236,35	1,74		
ТТК	12733	Чай лимонный	160	5,00	0,07	0,01	13,69	55,13			0,00	0,00	2,88	0,07	0,07	0,16	3,29	0,85	1,58	0,08	
				Итого:	57,00	16,41	19,02	75,29	638,20	0,08	0,39	0,21	16,24	15,33	10,43	6,06	276,44	96,13	367,84	5,20	
Завтрак 2 (с 11 лет и старше)																					
1104	13071	Бутирброд горячий с ветчиной и сыром	60	25,00	7,51	8,69	16,82	171,53	0,03	0,11	0,08	0,08	7,51	7,51		107,96	13,21	198,71	0,74		
Tab.№2490	13075	Десерт фруктовый (груша)	100	19,00	0,40	0,30	10,30	45,50			0,02	0,03	5,00	0,40	0,04	0,20	19,00	12,00	16,00	2,30	
Таблица №400	13198	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом	2005	19,00	8,35	9,82	34,12	258,26	0,05	0,24	0,20	1,28	8,26	2,85	5,90	145,99	71,26	236,35	1,74		
ТТК	12733	Чай лимонный	160	5,00	0,07	0,01	13,69	55,13			0,00	0,00	2,88	0,07	0,07	0,16	3,29	0,85	1,58	0,08	
				Итого:	68,00	16,33	18,82	73,93	529,42	0,08	0,37	0,21	16,24	16,33	10,47	6,26	279,24	97,33	379,64	4,86	
Обед 1 (с 7 до 11 лет)																					
Tab.№2490	12966	Огурец соевый	20	2,00	0,16	0,02	0,34	2,18			0,00	0,00	1,11	0,16		4,60	3,11	4,60	0,13		
13896	12756	Суп картофельный с горохом на квашенном капусте	200	10,00	11,31	9,48	15,80	193,72	0,14	0,24	0,12	10,20	10,42	6,59	1 121,73	43,89	36,58	130,22	2,21		
ТТК	13026	Наггетсы куриные рубленые	45	29,00	5,39	2,59	0,82	48,15											0,04		
47266	13454	Картофельное пюре	190	21,00	3,30	4,98	22,30	146,26	0,03	0,16	0,13	25,91	3,30	0,70	1,44	48,32	33,13	98,47	1,23		
ТТК	12723	Компот из сливы	160	6,00			15,97	63,97											0,40		
19.06.17г.	12724	Хлеб пшеничный	35	3,00	2,86	0,28	17,22	62,04			0,04	0,01			2,65	2,65	0,56	7,00	4,90	22,75	0,39
ПП					Итого:	71,00	22,82	17,55	72,21	6,17	0,44	0,26	37,22	16,64	9,94	1 123,73	194,29	77,72	256,28	4,01	
Обед 2 (с 11 лет и старше)																					
Tab.№2490	12966	Огурец соевый	20	2,00	0,16	0,02	0,34	2,18			0,00	0,00	1,11	0,16		4,60	3,11	4,60	0,13		
13896	12756	Суп картофельный с горохом на квашенном капусте	200	10,00	11,31	9,48	15,80	193,72	0,14	0,24	0,12	10,20	10,42	6,59	1 121,73	43,89	36,58	130,22	2,21		
ТТК	13026	Наггетсы куриные рубленые	45	29,00	5,39	2,59	0,82	48,15											0,04		
47266	13454	Картофельное пюре	190	21,00	3,30	4,98	22,30	146,26	0,03	0,16	0,13	25,91	3,30	0,70	1,44	48,32	33,13	98,47	1,23		
ТТК	12723	Компот из сливы	160	6,00			15,97	63,97											0,40		
19.06.17г.	13453	Вулочка с кунжутом 50г.		7,00	2,15	0,59	14,13	265,50													
ПП	12724	Хлеб пшеничный	35	3,00	2,86	0,28	17,22	62,04			0,04	0,01			2,65	2,65	0,56	7,00	4,90	22,75	0,39
				Итого:	78,00	24,87	17,94	85,34	801,73	0,17	0,44	0,26	37,22	16,64	9,94	1 123,73	194,29	77,72	256,28	4,01	
Вторник																					
Завтрак (с 7 до 11 лет)																					
Tab.№2490	7383	Десерт фруктовый (мандарин)	70	10,00	0,56	0,14	5,25	24,50			0,04	0,02	25,00	0,56		24,50	7,70	11,90	0,07		
39397	12730	Сосиска отварная	50	31,00	5,61	12,19	0,30	132,95			0,10	0,06		5,81		17,85	10,20	81,09	0,82		
20507	12772	Макароны отварные с овощами	125	8,00	4,29	5,48	26,67	173,94			0,08	0,03	2,85	4,16	3,85	0,53	13,51	13,54	44,93	0,70	
ТТК	12922	Чай с шиповником	160	5,00	0,18	0,07	14,49	59,31			0,00	0,02	52,00	0,18	0,18	0,26	3,49	0,88	0,88	0,19	
ПП	13150	Батон и ассорти	30	3,00	1,50	0,59	10,29	62,34			0,07	0,01				3,80	2,60	13,00	0,24		
				Итого:	57,00	12,14	18,46	67,89	443,04			0,24	0,16	81,45	10,81	4,03	63,14	34,92	151,89	2,21	
Завтрак 2 (с 11 лет и старше)																					
Tab.№2490	13079	Десерт фруктовый (мандарин)	120	17,00	0,96	0,24	9,00	42,00			0,07	0,04	45,00	0,96		42,00	13,20	20,40	0,12		

89307	12730	Сосиска отварная	50	51,00	5,01	12,19	0,20	132,95		0,10	0,08		0,81			17,85	10,20	81,00	0,02
20507	12772	Макароньы отварные с овощами	125	6,00	4,29	5,48	20,07	173,94		0,08	0,02	2,80	4,16	3,85	0,50	13,51	13,54	44,90	0,79
77307	12792	Отвар шиповника с сахаром	100	9,00	0,54	0,22	33,70	98,04		0,01	0,05	100,00	0,54	0,54	0,80	10,08	2,72	2,72	0,53
ПП	13150	Батон в ассортименте	20	3,00	1,50	0,58	10,38	52,34		0,02	0,01					3,80	2,60	13,00	0,24
			Итого:	66,00	12,90	18,71	70,04	600,17		0,28	0,21	208,45	11,27	4,29	1,33	87,34	42,24	162,14	2,60

Обед 1 (с 7 до 11 лет)																					
8807	Делья преек	171	Щи из свежей капусты с картофелем на куб.бульоне	200	12,00	9,11	10,61	7,90	163,57		0,16	0,09	0,11	27,94	7,77	7,50	1 281,90	54,29	28,32	100,31	1,33
4502004	12796	Шницель натуральный рубленый (говядина)	50	34,00	18,28	10,72	3,58	183,92												0,10	
25706_010	13515	Каша гречневая вязкая	150	11,00	4,58	4,81	22,12	150,09		0,02	0,16	0,08		4,58				13,07	72,33	100,91	2,47
80007	12778	Компот из яблок	100	6,00	0,15	0,15	22,72	92,83			0,01	0,01	2,90					4,58	2,25	2,75	0,81
ТТК	12732	Трубочка слоеная в ассортименте	35	6,00	1,54	0,74	14,41	115,98		3,78	0,00	0,01		0,01				0,57	0,12	1,99	0,03
ПП	671	Хлеб пшеничный	25	2,00	1,90	0,20	12,30	58,60			0,03	0,01		1,90				5,00	3,50	16,25	0,28
			Итого:	71,00	35,66	32,23	83,83	764,87		3,84	0,29	6,21	30,44	14,26	7,83	1 281,90	78,41	106,62	240,31	4,72	

Обед 2 (с 11 лет и старше)																					
Tab.№249	14229	Десерт фруктовый (банан)	100	13,00	1,58	0,53	22,06	99,29			0,04	0,05	10,50	1,58	1,54	2,18	8,40	44,10	28,40	0,63	
8807	Делья преек	171	Щи из свежей капусты с картофелем на куб.бульоне	200	12,00	9,11	10,61	7,90	163,57		0,16	0,09	0,11	27,94	7,77	7,50	1 281,90	54,29	28,32	100,31	1,33
4502004	12796	Шницель натуральный рубленый (говядина)	50	34,00	18,28	10,72	3,58	183,92												0,10	
25706_010	13515	Каша гречневая вязкая	150	11,00	4,58	4,81	22,12	150,09		0,02	0,16	0,08		4,58				13,07	72,33	100,91	2,47
80007	12778	Компот из яблок	100	6,00	0,15	0,15	22,72	92,83			0,01	0,01	2,90					4,58	2,25	2,75	0,81
ПП	671	Хлеб пшеничный	25	2,00	1,90	0,20	12,30	58,60			0,03	0,01		1,90				5,00	3,50	16,25	0,28
			Итого:	79,00	35,60	27,02	90,67	748,30		0,18	0,33	6,26	40,94	15,83	9,17	1 284,16	85,34	106,60	287,72	6,32	

Среда

Завтрак (с 7 до 11 лет)																					
ТТК	14157	Бутерброд с ветчиной (батон)	2025	13,00	4,28	7,33	12,85	134,43			0,10	0,04		2,58				9,95	8,45	56,45	0,56
ТТК	14079	Сырники с молоком сгущ.	8000	42,00	12,18	12,37	43,62	335,35			0,02	0,05	0,30					83,02	10,30	86,41	0,05
62896	12728	Чай с сахаром	160	2,00	0,80	0,20	13,47	58,92											0,41		0,04
			Итого:	57,00	17,26	19,90	20,14	528,69			0,11	0,10	9,38	2,88				103,38	18,75	122,86	0,68

Завтрак 2 (с 11 лет и старше)																					
Tab.№249	14035	Десерт фруктовый (яблоко)	180	11,00	0,72	0,72	17,64	79,02			0,05	0,04	18,00					28,80	16,20	19,60	3,06
ТТК	14157	Бутерброд с ветчиной (батон)	2025	13,00	4,28	7,33	12,85	134,43			0,10	0,04		2,58				9,95	8,45	56,45	0,56
ТТК	14079	Сырники с молоком сгущ.	8000	42,00	12,18	12,37	43,62	335,35			0,02	0,05	0,30					83,02	10,30	86,41	0,05
62896	12728	Чай с сахаром	160	2,00	0,80	0,20	13,47	58,92											0,41		0,04
			Итого:	58,00	17,88	20,62	87,78	608,61			0,17	0,14	18,38	2,88				132,18	34,95	142,96	4,62

Обед 1 (с 7 до 11 лет)																					
13996	12717	Суп картофельный с макаронными изделиями на куб.бульоне	200	12,00	9,38	8,11	16,93	178,22		0,15	0,13	0,11	14,97	8,10	7,94	1 201,90	35,56	28,76	110,50	1,44	
40196	14071	Гуляш из свинины (окорок)	40/40	45,00	0,69	4,00	3,93	54,48			0,02	0,01	2,51	0,69	0,69	1 200,05	15,92	4,30	14,01	0,29	
ТТК	13461	Каша перловая с овощами	100	7,00	2,41	10,27	16,62	168,56			0,04	0,03	2,55	2,26				22,62	17,53	88,22	0,67
ТТК	12733	Чай лимонный	160	5,00	0,07	0,01	13,69	55,13			0,00	0,00	2,88	0,07	0,07	0,16		3,20	0,85	1,58	0,08
ПП	671	Хлеб пшеничный	25	2,00	1,90	0,20	12,30	58,60			0,03	0,01		1,90				5,00	3,50	16,25	0,28
			Итого:	71,00	14,45	22,59	63,47	614,98		0,15	0,23	0,16	22,91	13,02	8,79	2 402,19	82,39	54,94	236,55	2,76	

Обед 2 (с 11 лет и старше)																					
13996	12717	Суп картофельный с макаронными изделиями на куб.бульоне	200	12,00	9,38	8,11	16,93	178,22		0,15	0,13	0,11	14,97	8,10	7,94	1 201,90	35,56	28,76	110,50	1,44	
40196	14071	Гуляш из свинины (окорок)	40/40	45,00	0,69	4,00	3,93	54,48			0,02	0,01	2,51	0,69	0,69	1 200,05	15,92	4,30	14,01	0,29	
ТТК	13461	Каша перловая с овощами	100	7,00	2,41	10,27	16,62	168,56			0,04	0,03	2,55	2,26				22,62	17,53	88,22	0,67
ТТК	12733	Чай лимонный	160	5,00	0,07	0,01	13,69	55,13			0,00	0,00	2,88	0,07	0,07	0,16		3,20	0,85	1,58	0,08
ТТК	13079	Булочка Десертная (повидло)	40	7,00	3,12	2,90	28,74	142,26		1,81	0,05	0,04	0,16	3,12	3,12	97,33	19,10	6,18	36,69	0,50	
ПП	671	Хлеб пшеничный	25	2,00	1,90	0,20	12,30	58,60			0,03	0,01		1,90				5,00	3,50	16,25	0,28
			Итого:	78,00	17,57	25,57	89,21	667,26		1,96	0,28	0,20	23,07	16,14	11,62	2 499,62	101,49	61,13	273,24	3,36	

Чемпион																				
Завтрак (с 7 до 11 лет)																				
	13131	Огурец солёный	25	3,00	0,22	0,03	0,47	3,03			0,01	0,01	1,38	0,22			6,33	3,85	6,60	0,17
29007 Дейт. грант	14034	Филе куриное тушеное в соусе	40/40	35,00	8,77	11,02	9,92	173,94			0,01	0,01	1,55	8,77	8,77	760,03	8,82	3,23	6,87	0,17
40650,512 32204 64656	13578	Рис припущенный	100	9,00	3,75	4,16	38,29	209,60	0,02		0,04	0,03		3,75			10,96	26,83	82,13	0,58
ПТ	12760	Напиток из лимона	160	7,00	0,12	0,01	19,55	78,77			0,01	0,00	5,12	0,12	0,12	0,26	5,70	1,54	2,82	0,13
ПТ	13150	Батон в ассортименте	20	3,00	1,50	0,58	10,28	52,34			0,02	0,01					3,80	2,80	13,00	0,24
				Итого:	57,00	14,36	15,80	79,51	517,68	0,02	0,09	0,06	8,05	12,86	8,83	780,28	35,61	35,05	111,42	1,29
Завтрак 2 (с 11 лет и старше)																				
Tab №249 Б	13626	Десерт фруктовый (банан)	85	11,00	1,28	0,43	17,65	80,39			0,03	0,04	8,50	1,28	1,33	1,77	6,80	35,70	23,80	0,51
29007 Дейт. грант	14034	Филе куриное тушеное в соусе	40/40	35,00	8,77	11,02	9,92	173,94			0,01	0,01	1,38	0,22			6,33	3,85	6,60	0,17
40650,512 32204 64656	13578	Рис припущенный	100	9,00	3,75	4,16	38,29	209,60	0,02		0,04	0,03		3,75			10,96	26,83	82,13	0,58
ПТ	12760	Напиток из лимона	160	7,00	0,12	0,01	19,55	78,77			0,01	0,00	5,12	0,12	0,12	0,26	5,70	1,54	2,82	0,13
ПТ	13150	Батон в ассортименте	20	3,00	1,50	0,58	10,28	52,34			0,02	0,01					3,80	2,80	13,00	0,24
				Итого:	68,00	15,84	16,23	97,36	598,87	0,02	0,12	0,10	16,58	14,14	10,21	762,05	42,41	73,75	136,22	1,89
Обед 1 (с 7 до 11 лет)																				
Tab №249 Б	13682	Десерт фруктовый (яблоко)	120	8,00	0,48	0,48	11,76	53,28			0,04	0,02	12,00				18,20	10,80	13,20	2,84
13256	12776	Суп из овощей на кур. бульоне	200	14,00	8,70	9,56	9,46	158,72	0,15		0,11	0,11	20,09	7,51	7,06	1 201,86	46,21	28,09	110,05	1,33
42396	13119	Тефтели из говядины с соусом	60/30	28,00	7,19	12,87	8,25	177,50			0,01	0,01	1,17	7,19	7,19	120,16	2,52	2,19	4,45	0,10
40650	13178	Спагетти отварные	150	10,00	5,90	5,88	35,88	216,84									7,36	0,44	1,60	0,06
ПТК	14294	Компот из ягод (смесь)	160	8,00	0,21	0,08	20,70	84,36			0,01	0,01	42,20	0,21			8,17	6,54	6,96	0,33
ПТ	12724	Хлеб пшеничный	35	3,00	2,65	0,28	17,22	82,04			0,04	0,01		2,66	2,66	0,56	7,00	4,90	22,75	0,39
				Итого:	71,00	24,84	28,93	103,28	772,84	0,15	0,20	0,16	75,46	17,57	16,91	1 322,56	95,46	57,96	158,01	4,85
Обед 2 (с 11 лет и старше)																				
Tab №249 Б	13682	Десерт фруктовый (груша)	80	15,00	0,32	0,24	8,24	36,40			0,02	0,02	4,00	0,32	0,32	1,00	15,20	8,00	12,80	1,84
13256	12776	Суп из овощей на кур. бульоне	200	14,00	8,70	9,56	9,46	158,72	0,15		0,11	0,11	20,09	7,51	7,06	1 201,86	46,21	28,09	110,05	1,33
42396	13119	Тефтели из говядины с соусом	60/30	28,00	7,19	12,87	8,25	177,50			0,01	0,01	1,17	7,19	7,19	120,16	2,52	2,19	4,45	0,10
40650	13178	Спагетти отварные	150	10,00	5,90	5,88	35,88	216,84									7,36	0,44	1,60	0,06
ПТК	14294	Компот из ягод (смесь)	160	8,00	0,21	0,08	20,70	84,36			0,01	0,01	42,20	0,21			8,17	6,54	6,96	0,33
ПТ	12724	Хлеб пшеничный	35	3,00	2,65	0,28	17,22	82,04			0,04	0,01		2,66	2,66	0,56	7,00	4,90	22,75	0,39
				Итого:	78,00	24,88	28,69	89,78	735,96	0,15	0,19	0,16	67,46	17,89	17,23	1 324,18	86,46	51,76	158,81	4,85
Питицца																				
Завтрак (с 7 до 11 лет)																				
Tab №249 Б	13310	Десерт фруктовый (мандарин)	60	3,00	0,45	0,12	4,50	21,00			0,04	0,02	22,80	0,46			21,00	6,60	10,20	0,06
Tab №2596	14107	Бутерброд с сыром (батон в асс.)	200/0	17,00	6,97	6,53	12,99	138,61	54,60		0,01	0,06	0,15	4,87	4,87		184,80	7,35	105,00	0,21
45102	13007	Каша молочная пшеничная с маслом	200/5	19,00	8,57	7,64	42,52	273,12	0,05	0,19	0,20	1,25	8,57	2,78	5,78	140,20	43,66	219,15	2,35	
64296	13008	Какао с молоком	160	12,00	3,09	3,36	20,62	125,08	0,02		0,04	0,13	1,04	3,09	2,32	4,80	100,59	24,80	92,96	0,83
				Итого:	57,00	19,11	17,65	86,63	657,81	54,67	0,28	0,41	25,24	17,91	9,98	19,56	446,68	82,41	427,31	3,45
Завтрак 2 (с 11 лет и старше)																				
Tab №249 Б	13188	Десерт фруктовый (мандарин)	140	20,00	1,12	0,28	10,50	49,00			0,08	0,04	53,20	1,12			49,00	15,40	23,80	0,14
Tab №2596	14107	Бутерброд с сыром (батон в асс.)	200/0	17,00	6,97	6,53	12,99	138,61	54,60		0,01	0,06	0,15	4,87	4,87		184,80	7,35	105,00	0,21
45102	13007	Каша молочная пшеничная с маслом	200/5	19,00	8,57	7,64	42,52	273,12	0,05	0,19	0,20	1,25	8,57	2,78	5,78	140,20	43,66	219,15	2,35	
64296	13008	Какао с молоком	160	12,00	3,09	3,36	20,62	125,08	0,02		0,04	0,13	1,04	3,09	2,32	4,80	100,59	24,80	92,96	0,83
				Итого:	68,00	19,75	17,81	86,63	695,81	54,67	0,32	0,43	55,64	17,66	9,98	19,56	474,58	91,21	440,91	3,83
Обед 1 (с 7 до 11 лет)																				
11096	12735	Огурец солёный	25	3,00	0,22	0,03	0,47	3,03			0,01	0,01	1,38	0,22			6,33	3,85	6,60	0,17
		Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне	200	13,00	1,06	4,06	11,02	97,26	0,16		0,05	0,05	18,81	1,86	7,53	1 281,96	39,43	21,83	43,87	26,82

