

Согласовано:

И.о. главного Государственного санитарного врача г. Белая Калитва в Белокалитвинском, Морозовском, Тацинском, Советском, Обливском, Милютинском районах.

Н. П. Веревкина

Согласовано:

Директор МБОУ Суховская СОШ

П. А. Бабина

Утверждаю:

И.П. Казьменко И.Н. Николаева

Перспективное меню

завтрак для учащихся 1-4 классов МБОУ Суховская СОШ на 2020-2021 учебный год на сумму 62,74 рублей

Сборник рецептур блюд для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004г, ТТК.

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	ККАЛ	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1 неделя														
Понедельник														
428-2004	Сосиски "Детям"отварные	80	8,8	8,22	0,32	208	0,14	0,02	0,17	0,37	133,6	132	6,8	0,48
508-2004	Каша ячневая	150	4,89	4,44	31,6	186	0,13	10	0,12	0,76	39,9	168	24,1	0,88
685-2004	Огурец соленый	26	0,21	0	0,41	3,38	0,01	0,36		0,078	8,9	9,36	5,46	0,23
	Чай с сахаром	20015	0,26	15,4	59,4	59,4	0,004	2,9		1,4	8,1	9,8	4,3	0,86
	Хлеб пшеничный	50	4,88	0,7	27,8	136,2	0,09				26,7	64,6	26,7	1,17
	Масло сливочное	10	0,13	7,25	0,09	66	0,001		0,04	0,1	2,4	2	0,3	0,02
	Итого:		19,17	20,61	75,62	658,98	0,375	13,28	0,33	2,708	219,6	385,76	67,66	3,64
Вторник														
ТТК-40	Котлеты из птицы	80	6,22	10,8	10,95	213	0,08	5,69	0,06	2,01	25,2	163	12,1	0,31
516-2004	Макароны отварные	150	4,44	3,57	16,1	164	0,07		0,123	0,62	8,52	35,9	6,4	0,65
76-2004	Икра баклажанная	22	1,19	2,14	5,98	26,2	0,028	2,46		0,049	4,92	15,25	5,16	0,17
648-2004	Кисель плодово-ягодный	200	1,1	0,05	18,4	118	0,01	1		0,05	56,1	38,5	15	1,2
	Хлеб пшеничный	50	4,88	0,7	27,8	136,2	0,09				26,7	64,6	26,7	1,17
	Сыр российский	15	3,51	4,5		55,5	0,005	0,24	0,04	0,025	150	81,5	7	0,09
	Итого:		21,34	21,76	79,23	712,9	0,283	9,39	0,223	2,754	271,44	398,75	72,36	3,59
Среда														
ТТК-139	Жаркое по-домашнему из птицы	80\160	14,1	10,86	21,4	361	0,23	7,6	0,09	2,22	175,4	293	16,5	1,24
214-2004	Морковь тушеная	30	1,4	2,49	2,41	67,5	0,02	4,4	0,12	0,1	26,8	20,3	10,2	0,4
639-2004	Компот из сухофруктов	200	0,59		33,4	128	0,005	0,39		0,005	22,4	15,3	11,9	0,07
	Хлеб пшеничный	50	4,88	0,7	27,8	136,2	0,09				26,7	64,6	26,7	1,17
	Яблоко	66	0,25	0,25	6,45	30,8	0,01	3,58		0,01	10,56	7,26	5,94	1,45
	Масло сливочное	10	0,13	7,25	0,09	66	0,001		0,04	0,1	2,4	2	0,3	0,02
	Итого:		21,35	21,55	91,55	789,5	0,356	15,97	0,25	2,435	264,26	402,46	71,54	4,35

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]