

Согласовано:

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

А.Н.Николенко



Согласовано:

Директор МБОУ Исаевской ООШ

И.А.Болотова



Утверждаю:

Директор ООО "БК КОП"

А.В.Максимов

### Перспективное меню

для малообеспеченных учащихся Тацинского района на 2020-2021 г на сумму 15 рублей

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

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	ККАЛ	В 1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
<b>1 неделя</b>														
<b>Понедельник</b>														
297-2004	Каша гречневая с маслом и сахаром	120\59	7,32	13,6	21,3	231	0,02	0,91	0,12	0,34	24,8	71,2	17,2	0,37
ТТК-107	Чай каркаде	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4	0	0,2	14	14	8	1,4
	<b>Итого:</b>		<b>8,32</b>	<b>13,8</b>	<b>41,5</b>	<b>323</b>	<b>0,04</b>	<b>4,91</b>	<b>0,12</b>	<b>0,54</b>	<b>38,8</b>	<b>85,2</b>	<b>25,2</b>	<b>1,77</b>
<b>Вторник</b>														
733-2004	Оладьи со сгущенным молоком	100\4	6,16	12,6	26	261	0,05	0,05	0,12	0,82	16,48	52,16	9,52	0,88
685-2004	Чай с сахаром	200\15	0,26		15,4	59,4	0,004	2,9	0	2,8	8,1	9,8	4,3	0,86
	<b>Итого:</b>		<b>6,42</b>	<b>12,6</b>	<b>41,4</b>	<b>320,4</b>	<b>0,054</b>	<b>2,95</b>	<b>0,12</b>	<b>3,62</b>	<b>24,58</b>	<b>61,96</b>	<b>13,82</b>	<b>1,74</b>
<b>Среда</b>														
ТТК-69	Каша рисовая на сгущ.мол.с масл.	128\5	5,5	11,8	0,2	146	0,08			0,2	17,5	79,5	10	0,91
685-2004	Чай с сахаром	200\15	0,26		15,4	59,4	0,004	2,9	0	2,8	8,1	9,8	4,3	0,86
	<b>Итого:</b>		<b>5,76</b>	<b>11,8</b>	<b>15,6</b>	<b>205,4</b>	<b>0,084</b>	<b>2,9</b>	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>25,6</b>	<b>89,3</b>	<b>14,3</b>	<b>1,77</b>
<b>Четверг</b>														
332-2004	Макароны отварные с маслом и сах.	200\5\7	5,5	11,8	0,2	146	0,08			0,2	17,5	79,5	10	0,91
648-2004	Кисель плодово-ягодный	200	1,1	0,05	28,6	118	0,01	1		0,05	26,1	38,5	15	1,2
	<b>Итого:</b>		<b>6,6</b>	<b>11,85</b>	<b>28,8</b>	<b>264</b>	<b>0,09</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>0,25</b>	<b>43,6</b>	<b>118</b>	<b>25</b>	<b>2,11</b>
<b>Пятница</b>														
297-2004	Каша пшеничная с маслом и сахаром	200\10\8	5,47	12,7	27,9	251	0,06		0,09	1,35	21,2	81,3	18,6	0,36
685-2004	Чай с сахаром	200\15	0,26		15,4	59,4	0,004	2,9	0	2,8	8,1	9,8	4,3	0,86
	<b>Итого:</b>		<b>5,73</b>	<b>12,7</b>	<b>43,3</b>	<b>310,4</b>	<b>0,064</b>	<b>2,9</b>	<b>0,09</b>	<b>4,15</b>	<b>29,3</b>	<b>91,1</b>	<b>22,9</b>	<b>1,22</b>



№ рец.	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	ККАЛ	В 1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>2 неделя</b>														
<b>Понедельник</b>														
297-2004	Каша ячневая с маслом и сахаром	200\10\21	9	13,4	18,7	265	0,23		0,06	0,4	25,1	62,3	25,3	0,95
ТТК-107	Чай каркаде	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	1,4
	<b>Итого:</b>		<b>10</b>	<b>13,6</b>	<b>38,9</b>	<b>357</b>	<b>0,25</b>	<b>4</b>	<b>0,06</b>	<b>0,6</b>	<b>39,1</b>	<b>76,3</b>	<b>33,3</b>	<b>2,35</b>
<b>Вторник</b>														
ТТК-68	Каша манная на сгущ.мол.с маслом	150\5	5,9	14,2	28,4	271	0,22	0,21	0,09	0,36	32,1	52,4	26,8	1,24
685-2004	Чай с сахаром	200\15	0,26		15,4	59,4	0,004	2,9		1,12	8,1	9,8	4,3	0,86
	<b>Итого:</b>		<b>6,16</b>	<b>14,2</b>	<b>43,8</b>	<b>330,4</b>	<b>0,224</b>	<b>3,11</b>	<b>0,09</b>	<b>1,48</b>	<b>40,2</b>	<b>62,2</b>	<b>31,1</b>	<b>2,1</b>
<b>Среда</b>														
297-2004	Каша гречневая с маслом и сах.	120\5\9	7,32	13,6	21,3	271	0,2	0,91	0,12	0,34	21,2	48,7	27,9	0,37
ТТК-107	Чай каркаде	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4		0,2	14	14	8	2,8
	<b>Итого:</b>		<b>8,32</b>	<b>13,8</b>	<b>41,5</b>	<b>363</b>	<b>0,22</b>	<b>4,91</b>	<b>0,12</b>	<b>0,54</b>	<b>35,2</b>	<b>62,7</b>	<b>35,9</b>	<b>3,17</b>
<b>Четверг</b>														
733-2004	Оладьи со сгущ.молоком	100\4	6,16	13,5	26,4	261	0,09	0,05	0,064	0,82	16,48	52,1	29,6	0,88
685-2004	Чай с сахаром	200\15	0,26		15,4	59,4	0,004	2,9		1,4	8,1	9,8	4,3	0,86
	<b>Итого:</b>		<b>6,42</b>	<b>13,5</b>	<b>41,8</b>	<b>320,4</b>	<b>0,094</b>	<b>2,95</b>	<b>0,064</b>	<b>2,22</b>	<b>24,58</b>	<b>61,9</b>	<b>33,9</b>	<b>1,74</b>
<b>Пятница</b>														
332-2004	Макаронь отв.с маслом и сах.	200\5\7	5,5	11,8	0,2	246	0,08			0,98	17,5	28,4	13,8	0,91
648-2004	Кисель плодово-ягодный	200	1,1	0,05	28,6	118	0,01	1		0,05	26,1	38,5	15	1,2
	<b>Итого:</b>		<b>6,6</b>	<b>11,85</b>	<b>28,8</b>	<b>364</b>	<b>0,09</b>	<b>1</b>		<b>1,03</b>	<b>43,6</b>	<b>66,9</b>	<b>28,8</b>	<b>2,11</b>
	<b>Среднее значение:</b>		<b>7,02</b>	<b>12,9</b>	<b>35,7</b>	<b>323</b>	<b>0,12</b>	<b>2</b>	<b>0,066</b>	<b>1,75</b>	<b>33,2</b>	<b>75,1</b>	<b>25,7</b>	<b>1,96</b>
	Экономист по ценам	В.В.Кузнецова												
	Технолог	Л.В.Филева												