



Согласовано:

Директор МБОУ Исаевской ООШ

И.А.Болотова



Утверждаю:

Директор ООО "БК КОП"

А.В.Максимов

Перспективное меню

завтрак для учащихся 1-4 классов Тацинского района на 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
1 неделя						
Понедельник						
	Масло сливочное	10	0,13	7,25	0,09	66
413-2004	Сосиски отварные с соусом	90\10	16,94	7,29	40,36	235
508-2004	Каша ячневая	150	4,89	4,44	31,6	186
т.32-2004	Каша ячневая	15	0,3	1,21	1,5	17,35
685-2004	Свекла отварная	180\13,5	0,26		15,4	59,4
	Чай с сахаром	40	0,32	0,32	0,52	264,36
	Хлеб пшеничный		22,84	20,51	89,47	828,11
	Итого:					
Вторник						
	Масло сливочное	10	0,13	7,25	0,09	66
ТТК-74	Мясо по-мински (окорочка) с соусом	90\10	15,77	7,94	42,37	178
516-2004	Макароны отварные	150	4,44	3,57	16,1	164
	Огурец соленый	19	0,11		0,23	1,93
648-2004	Огурец соленый	180	1,1	0,05	18,4	118
	Кисель плодово-ягодный	40	0,32	0,32	0,52	264,36
	Хлеб пшеничный		21,87	19,13	77,71	792,29
	Итого:					
Среда						
	Сыр российский	15	3,51	4,5		55,5
ТТК-143	Зразы с овощами	90	16,29	11,6	31,19	145
520-2004	Зразы с овощами	150	2,45	3,8	19,05	120,18
77-2004	Картофельное пюре	14	0,042	0,003	0,66	4,34
ТТК-107	Икра кабачковая	180	0,9	0,18	18,18	82,8
	Чай каркаде	40	0,32	0,32	0,52	264,36
	Хлеб пшеничный		23,512	20,403	69,6	672,18
	Итого:					

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	ККАЛ
Четверг						
ТТК-49	Птица тушеная с овощами	90\60	20,49	15,36	15,93	235
520-2004	Каша пшеничная	150	2,59	5,85	19,3	124
214-2004	Капуста тушеная	17	0,86	1,61	1,61	23,5
639-2004	Компот из сухофруктов	180	0,59		33,4	128
	Хлеб пшеничный	40	0,32	0,32	0,52	264,36
	Итого:		24,85	23,14	70,76	774,86
Пятница						
ТТК-98	Бризоль из минтая с соусом	90\21	17,32	11,95	43,36	132
520-2004	Картофельное пюре	150	2,18	2,91	17,5	103
692-2004	Кофейный напиток	180	3,97	3,1	25,2	131
	Хлеб пшеничный	40	0,32	0,32	0,52	264,36
	Итого:		23,79	18,28	86,58	630,36
2 неделя						
Понедельник						
	Масло сливочное	10	0,13	7,25	0,09	66
413-2004	Сосиски отварные с соусом	90\10	16,94	7,29	40,36	235
508-2004	Каша ячневая	150	4,89	4,44	31,6	186
530-2004	Морковь тушеная	13	0,62	2,1	3,2	37
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,26		15,4	59,4
	Хлеб пшеничный	40	0,32	0,32	0,52	264,36
	Итого:		23,16	21,4	91,17	847,76

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	ККАЛ
Вторник						
ТТК-74	Мясо по-мински (окорочка)	90	15,77	7,94	42,37	178
520-2004	Картофельное пюре	150	2,45	3,8	19,05	120,18
	Огурец соленый	12	0,08		0,17	0,14
ТТК-107	Чай каркаде	180	0,9	0,18	18,18	82,8
	Хлеб пшеничный	40	0,32	0,32	0,52	264,36
	Итого:		19,52	12,24	80,29	645,48
Среда						
ТТК-139	Жаркое по-домашнему /цыплята/	80\160	12,66	17,66	40,5	408
214-2004	Капуста тушеная	18	0,08		0,17	1,43
692-2004	Кофейный напиток	180	3,97	3,1	25,2	131
	Хлеб пшеничный	40	0,32	0,32	0,52	264,36
	Итого:		17,03	21,08	66,39	804,79
Четверг						
	Сыр российский	15	3,51	4,5		55,5
ТТК-27	Зразы с овощами /фарш куриный/	90	16,29	11,6	31,19	145
520-2004	Картофельное пюре	150	2,45	3,8	19,05	120,18
77-2004	Икра кабачковая	17	0,09	0,01	1,52	9,96
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	3,97	3,1	25,2	131
	Хлеб пшеничный	40	0,32	0,32	0,52	264,36
	Итого:		26,63	23,33	77,48	726

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	ККАЛ
	Пятница					
462-2004	Тефтели из говядины с соусом	90\45	13,84	16,12	63,36	231
520-2004	Макароны отварные	150	3,55	4,45	15,1	205
203-2004	Свекла отварная	7	0,36	1,22	1,86	21,5
685-2004	Чай с сахаром	180\13,5	0,26		15,4	59,4
	Хлеб пшеничный	40	0,32	0,32	0,52	264,36
	Итого:		18,33	22,11	96,24	781,26
	Среднее значение:		22,25	23,18	92,8	669
	Экономист по ценам		В.В.Кузнецова			
	Технолог		Л.В.Филева			