



*Г.В. Себеверина*



**Меню завтраков для учеников 5-11 классов  
МБОУ "Петровская СОШ №2"**

**на период 29.01.24 - 23.02.24**

Тип меню: П/Ф М

	8515	Номер по сборнику рецептур	Выход основной	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
<b>Понедельник 29.01.24</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Сыр п/твердых сортов порционный	54-1з-2020	15	4.020	4.095	0.000	54.150
2	Каша молочная ячневая с маслом (жидкая)	548/2/1998г.	185	6.764	6.358	37.635	234.675
3	Хлеб пшеничный	ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
4	Чай с сахаром	1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	10.049	41.418
5	Фрукт свежий: Яблоко	ТПП	150	0.600	0.000	16.950	69.000
6	Корж молочный в индивидуальной упаковке	ТПП	45	3.450	6.150	32.600	229.000
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>635</b>	<b>18.074</b>	<b>16.963</b>	<b>117.114</b>	<b>718.643</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>635</b>	<b>18.074</b>	<b>16.963</b>	<b>117.114</b>	<b>718.643</b>
<b>Вторник 30.01.24</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Курица тушеная с морковью в сметанном соусе (филе курицы)*	303/2011	105	13.095	4.881	5.373	117.408
2	Картофельное пюре на молоке с маслом	946/2/1998.	150	3.072	3.687	25.518	141.761
3	Чай с лимоном, с сахаром	54/3гн/2020	200	0.263	0.000	10.259	43.798
4	Хлеб пшеничный	ТПП	65	4.940	0.585	32.305	146.900
5	Пряник в индивидуальной.упаковке	ТПП	30	1.881	1.485	24.651	118.470
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>550</b>	<b>23.251</b>	<b>10.638</b>	<b>98.106</b>	<b>568.337</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>550</b>	<b>23.251</b>	<b>10.638</b>	<b>98.106</b>	<b>568.337</b>
<b>Среда 31.01.24</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Маринад овощной с томатом*	1070/3/1998.	60	1.055	6.030	6.585	84.371
2	Плов с курицей(филе курицы)*	893/2/1998.	225	19.433	9.350	48.418	355.231
3	Хлеб пшеничный	ТПП	65	4.940	0.585	32.305	146.900
4	Чай с черникой с сахаром	54-13гн-2020	200	0.200	0.000	10.049	41.418
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>550</b>	<b>25.628</b>	<b>15.965</b>	<b>97.357</b>	<b>627.92</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>550</b>	<b>25.628</b>	<b>15.965</b>	<b>97.357</b>	<b>627.92</b>
<b>Четверг 01.02.24</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Жаркое по-домашнему	820/3/1998.	250	16.830	19.463	29.539	347.124
2	Хлеб пшеничный	ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
3	Чай с сахаром	1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	10.049	41.418
4	Корж молочный в индивидуальной упаковке	ТПП	45	3.450	6.150	32.600	229.000
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>550</b>	<b>24.66</b>	<b>26.108</b>	<b>99.523</b>	<b>741.842</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>550</b>	<b>24.66</b>	<b>26.108</b>	<b>99.523</b>	<b>741.842</b>
<b>Пятница 02.02.24</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Запеканка творожно-морковная(п/ф)	ТТК	150	5.155	10.933	24.541	216.612
2	Молоко сгущенное*	1087/98.	15	1.080	1.275	8.400	49.200
3	Фрукт свежий: Мандарин	ТПП	150	1.200	0.000	12.900	57.000
4	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
5	Чай с лимоном, с сахаром	54/3гн/2020	200	0.263	0.000	10.259	43.798
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>565</b>	<b>11.498</b>	<b>12.658</b>	<b>80.95</b>	<b>479.61</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>565</b>	<b>11.498</b>	<b>12.658</b>	<b>80.95</b>	<b>479.61</b>
<b>Понедельник 05.02.24</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Сыр п/твердых сортов порционный	54-1з-2020	15	4.020	4.095	0.000	54.150

2	Каша молочная рисовая с маслом (жидкая)	548/2/1998	200	5.459	6.684	37.330	232.069
3	Чай с черникой с сахаром	54-13гн-2020	200	0.200	0.000	10.049	41.418
4	Хлеб пшеничный	ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
5	Пряник в индивидуальной.упаковке	ТПП	30	1.881	1.485	24.651	118.470
	<b>Итого за Завтрак:</b>		<b>500</b>	<b>15.74</b>	<b>12.759</b>	<b>99.365</b>	<b>570.407</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>500</b>	<b>15.74</b>	<b>12.759</b>	<b>99.365</b>	<b>570.407</b>
	<b>Вторник 06.02.24</b>						
	<b>Завтрак</b>						
1	Котлета куриная(в) тушенная в томатном соусе*	ТПП/1029/3/1998	120	13.724	12.389	13.384	219.906
2	Макароны отварные с сыром, с маслом	206/2/2011	185	9.467	7.334	42.013	272.978
3	Чай с лимоном, с сахаром	54/3гн/2020	200	0.263	0.000	10.259	43.798
4	Хлеб пшеничный	ТПП	45	3.420	0.405	22.365	101.700
	<b>Итого за Завтрак:</b>		<b>550</b>	<b>26.874</b>	<b>20.128</b>	<b>88.021</b>	<b>638.382</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>550</b>	<b>26.874</b>	<b>20.128</b>	<b>88.021</b>	<b>638.382</b>
	<b>Среда 07.02.24</b>						
	<b>Завтрак</b>						
1	Гуляш из говядины	827/3/98.	90	13.268	14.675	6.180	203.256
2	Рис отварной с маслом	934/3/1998.	200	4.954	4.327	52.013	266.816
3	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
4	Чай с сахаром	1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	10.049	41.418
	<b>Итого за Завтрак:</b>		<b>550</b>	<b>22.982</b>	<b>19.542</b>	<b>98.062</b>	<b>647.09</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>550</b>	<b>22.982</b>	<b>19.542</b>	<b>98.062</b>	<b>647.09</b>
	<b>Четверг 08.02.24</b>						
	<b>Завтрак</b>						
1	Рыба тушенная в томате с овощами(филе минтая)**	640/3/1998.	90	10.374	6.744	4.351	119.372
2	Картофельное пюре на молоке с маслом	946/2/1998.	200	4.100	4.676	34.077	187.075
3	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
4	Чай с малиной с сахаром	54-13гн-2020	200	0.296	0.000	11.129	46.338
	<b>Итого за Завтрак:</b>		<b>550</b>	<b>19.33</b>	<b>11.96</b>	<b>79.377</b>	<b>488.385</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>550</b>	<b>19.33</b>	<b>11.96</b>	<b>79.377</b>	<b>488.385</b>
	<b>Пятница 09.02.24</b>						
	<b>Завтрак</b>						
1	Птица(курица гр, б) запеченая	894/3/1998.	100	27.271	40.134	1.176	474.700
2	Гречка отварная с маслом	931/3/1998.	180	10.277	5.583	46.481	276.881
3	Хлеб пшеничный	ТПП	70	5.320	0.630	34.790	158.200
4	Чай с вишней с сахаром	54-13гн-2020	200	0.296	0.000	11.405	47.298
	<b>Итого за Завтрак:</b>		<b>550</b>	<b>43.164</b>	<b>46.347</b>	<b>93.852</b>	<b>957.079</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>550</b>	<b>43.164</b>	<b>46.347</b>	<b>93.852</b>	<b>957.079</b>
	<b>Понедельник 12.02.24</b>						
	<b>Завтрак</b>						
1	Сыр п/твердых сортов порционный	54-1з-2020	15	4.020	4.095	0.000	54.150
2	Каша молочная ячневая с маслом (жидкая)	548/2/1998г.	185	6.764	6.358	37.635	234.675
3	Хлеб пшеничный	ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
4	Чай с сахаром	1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	10.049	41.418
5	Фрукт свежий: Яблоко	ТПП	150	0.600	0.000	16.950	69.000
6	Корж молочный в индивидуальной упаковке	ТПП	45	3.450	6.150	32.600	229.000
	<b>Итого за Завтрак:</b>		<b>635</b>	<b>18.074</b>	<b>16.963</b>	<b>117.114</b>	<b>718.643</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>635</b>	<b>18.074</b>	<b>16.963</b>	<b>117.114</b>	<b>718.643</b>
	<b>Вторник 13.02.24</b>						
	<b>Завтрак</b>						
1	Курица тушенная с морковью в сметанном соусе (филе курицы)*	303/2011	105	13.095	4.881	5.373	117.408
2	Картофельное пюре на молоке с маслом	946/2/1998.	150	3.072	3.687	25.518	141.761
3	Чай с лимоном, с сахаром	54/3гн/2020	200	0.263	0.000	10.259	43.798
4	Хлеб пшеничный	ТПП	65	4.940	0.585	32.305	146.900
5	Пряник в индивидуальной.упаковке	ТПП	30	1.881	1.485	24.651	118.470
	<b>Итого за Завтрак:</b>		<b>550</b>	<b>23.251</b>	<b>10.638</b>	<b>98.106</b>	<b>568.337</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>550</b>	<b>23.251</b>	<b>10.638</b>	<b>98.106</b>	<b>568.337</b>
	<b>Среда 14.02.24</b>						
	<b>Завтрак</b>						
1	Маринад овощной с томатом*	1070/3/1998.	60	1.055	6.030	6.585	84.371

2	Плов с курицей(филе курицы)*	893/2/1998.	225	19.433	9.350	48.418	355.231
3	Хлеб пшеничный	ТПП	65	4.940	0.585	32.305	146.900
4	Чай с черникой с сахаром	54-13гн-2020	200	0.200	0.000	10.049	41.418
	<b>Итого за Завтрак:</b>		<b>550</b>	<b>25.628</b>	<b>15.965</b>	<b>97.357</b>	<b>627.92</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>550</b>	<b>25.628</b>	<b>15.965</b>	<b>97.357</b>	<b>627.92</b>
	<b>Четверг 15.02.24</b>						
	<b>Завтрак</b>						
1	Жаркое по-домашнему	820/3/1998.	250	16.830	19.463	29.539	347.124
2	Хлеб пшеничный	ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
3	Чай с сахаром	1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	10.049	41.418
4	Корж молочный в индивидуальной упаковке	ТПП	45	3.450	6.150	32.600	229.000
	<b>Итого за Завтрак:</b>		<b>550</b>	<b>24.66</b>	<b>26.108</b>	<b>99.523</b>	<b>741.842</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>550</b>	<b>24.66</b>	<b>26.108</b>	<b>99.523</b>	<b>741.842</b>
	<b>Пятница 16.02.24</b>						
	<b>Завтрак</b>						
1	Запеканка творожно-морковная(п/ф)	ТТК	150	5.155	10.933	24.541	216.612
2	Молоко сгущенное*	1087/98.	15	1.080	1.275	8.400	49.200
3	Фрукт свежий: Мандарин	ТПП	150	1.200	0.000	12.900	57.000
4	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
5	Чай с лимоном, с сахаром	54/3гн/2020	200	0.263	0.000	10.259	43.798
	<b>Итого за Завтрак:</b>		<b>565</b>	<b>11.498</b>	<b>12.658</b>	<b>80.95</b>	<b>479.61</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>565</b>	<b>11.498</b>	<b>12.658</b>	<b>80.95</b>	<b>479.61</b>
	<b>Понедельник 19.02.24</b>						
	<b>Завтрак</b>						
1	Сыр п/твердых сортов порционный	54-1з-2020	15	4.020	4.095	0.000	54.150
2	Каша молочная рисовая с маслом (жидкая)	548/2/1998	200	5.459	6.684	37.330	232.069
3	Чай с черникой с сахаром	54-13гн-2020	200	0.200	0.000	10.049	41.418
4	Хлеб пшеничный	ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
5	Пряник в индивидуальной упаковке	ТПП	30	1.881	1.485	24.651	118.470
	<b>Итого за Завтрак:</b>		<b>500</b>	<b>15.74</b>	<b>12.759</b>	<b>99.365</b>	<b>570.407</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>500</b>	<b>15.74</b>	<b>12.759</b>	<b>99.365</b>	<b>570.407</b>
	<b>Вторник 20.02.24</b>						
	<b>Завтрак</b>						
1	Котлета куриная(в) тушеная в томатном соусе*	ТПП/1029/3/1998	120	13.724	12.389	13.384	219.906
2	Макароны отварные с сыром, с маслом	206/2/2011	185	9.467	7.334	42.013	272.978
3	Чай с лимоном, с сахаром	54/3гн/2020	200	0.263	0.000	10.259	43.798
4	Хлеб пшеничный	ТПП	45	3.420	0.405	22.365	101.700
	<b>Итого за Завтрак:</b>		<b>550</b>	<b>26.874</b>	<b>20.128</b>	<b>88.021</b>	<b>638.382</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>550</b>	<b>26.874</b>	<b>20.128</b>	<b>88.021</b>	<b>638.382</b>
	<b>Среда 21.02.24</b>						
	<b>Завтрак</b>						
1	Гуляш из говядины	827/3/98.	90	13.268	14.675	6.180	203.256
2	Рис отварной с маслом	934/3/1998.	200	4.954	4.327	52.013	266.816
3	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
4	Чай с сахаром	1203/3/1998г.	200	0.200	0.000	10.049	41.418
	<b>Итого за Завтрак:</b>		<b>550</b>	<b>22.982</b>	<b>19.542</b>	<b>98.062</b>	<b>647.09</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>550</b>	<b>22.982</b>	<b>19.542</b>	<b>98.062</b>	<b>647.09</b>
	<b>Четверг 22.02.24</b>						
	<b>Завтрак</b>						
1	Рыба тушеная в томате с овощами(филе минтая)**	640/3/1998.	90	10.374	6.744	4.351	119.372
2	Картофельное пюре на молоке с маслом	946/2/1998.	200	4.100	4.676	34.077	187.075
3	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
4	Чай с малиной с сахаром	54-13гн-2020	200	0.296	0.000	11.129	46.338
	<b>Итого за Завтрак:</b>		<b>550</b>	<b>19.33</b>	<b>11.96</b>	<b>79.377</b>	<b>488.385</b>
	<b>Итого за день:</b>		<b>550</b>	<b>19.33</b>	<b>11.96</b>	<b>79.377</b>	<b>488.385</b>
	<b>Пятница 23.02.24</b>						
	<b>Завтрак</b>						
1	Птица(курица гр, б) запеченая	894/3/1998.	100	27.271	40.134	1.176	474.700
2	Гречка отварная с маслом	931/3/1998.	180	10.277	5.583	46.481	276.881
3	Хлеб пшеничный	ТПП	70	5.320	0.630	34.790	158.200
4	Чай с вишней с сахаром	54-13гн-2020	200	0.296	0.000	11.405	47.298
	<b>Итого за Завтрак:</b>		<b>550</b>	<b>43.164</b>	<b>46.347</b>	<b>93.852</b>	<b>957.079</b>

Итого за день:		550	43.164	46.347	93.852	957.079
ИТОГО ЗА Завтрак:		11100	462.402	386.136	1903.454	12875.39
ИТОГО ЗА ПЕРИОД:		11100	462.402	386.136	1903.454	12875.39
СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД:		555	23.12	19.31	95.17	643.77
СООТНОШЕНИЕ:			1	0.835	4.116	