Согласовано:_____
Директор _____
_____
_____
"24" 02 2021г

Утверждаю:
Директор ООО"КДП Радуга"
_____
_____
"24" 02 2021

Меню для образовательных учреждений города и района
Учалинский район Республики Башкортостан
на 57,43 рубля (1-4 кл)

МЕНЮ на 20 дней **МАРТ**

Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества				№ Т.К
1- неделя						
Понедельник.		Б	Ж	У	Э.ц	
Сыр твердый порционно	15	3	3	0	36	366
Каша пшенная молочная	200/5	7,47	8,8	35,2	249	ДО7ЕХ19
Кофейный напиток на молоке	200	3,1	3,4	15,1	101	60
Хлеб	50	3,95	0,5	25,95	118	19
Итого за день		**17,52**	**15,7**	**41,05**	**504**	
Вторник.						
Котлета из говядины	50	8,6	9,44	8,49	152	98
Макаронные изделия отварные с маслом	200/8	7,3	5,62	44,4	261	137
чай с сахаром	200	0	0	13,9	52	184
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	25,95	118	
Итого за день		**19,85**	**15,56**	**92,74**	**583**	
Среда.						
Куриное филе, тушенное с овощами	50	11,35	14,63	1,87	185	ДО7ЖС19
Пюре картофельное	200	4,39	6,77	29,45	196,9	138
Сок натуральный	200	0,2	0	3,9	16	ПРСОКДЕ
Хлеб	50	3,95	0,5	25,95	118	19
Итого за день		**19,89**	**21,9**	**61,17**	**515,9**	
Четверг.						
Огурцы свежие порционно	20	0,14	0,2	0,38	2,2	119
Плов из отварного мяса	210	22,2	22,7	20,3	375	221
Компот из смеси сухофруктов	200	1	0,5	27,5	110	ДО7ЖИ20
Хлеб пшеничный	50	4	1	24,2	118	19
Итого за день		**27,2**	**24,2**	**72**	**605,2**	
Пятница.						
Котлеты рубленные из куриного филе	60	9	12,72	9,12	188	ДО7 КБКК
Каша гречневя рассыпчатая	200/10	11,2	7	46,2	296	123
чай с лимоном и сахаром	200/9/15	0,2	0	13,7	55	196
Хлеб пшеничный	50	4	1	24,2	118	19

фрукт	шт	0,4	0,4	9,8	47	
Итого за день		**24,8**	**21,12**	**103,02**	**704**	
Итого за 5 дней		**109,26**	**98,48**	**369,98**	**2912,1**	

2-неделя

Понедельник.	выход	Б	Ж	У	Э.ц	
Масло сливоч порц	15	0,12	11	0,19	99	
Каша молочная "Дружба" с маслом	200/8	4,6	6,4	24,3	174	134
Кофейный напиток на молоке	200	3,1	3,4	15,1	101	60
Хлеб пшеничный	50	4	1	24,2	118	19
итого за день		**11,82**	**21,8**	**63,79**	**492**	
Вторник						
Рыба, тушенная с овощами	60/30	12,09	4,48	3	102	80
Рис припущенный	150	5,5	6,7	25,3	184	133
Чай с сахаром	200	0	0	13,9	52	184
Хлеб пшеничный	50	4	1	24,2	118	19
фрукт	шт	1,5	0,5	21	95	
Итого за день		**23,09**	**12,68**	**87,4**	**551**	
Среда						
Котлета из говядины	50	8,6	9,44	8,49	152	98
Бобовые отварные	200/5	18,9	5,1	43,2	297	146
Напиток из плодов шиповника	200	0,7	0,03	29	119	65
Хлеб пшеничный	50	4	1	24,2	118	19
Итого за день		**32,2**	**15,57**	**104,89**	**686**	
Четверг						
Огурцы свежие порционно	20	0,14	0,2	0,38	2,2	119
Птица отварная	50	10,7	9	0,2	124	96
Макаронные изделия отварные с маслом	200/8	7,3	5,62	44,4	261	137
кисель плодово/ягодный	200	0	0	10	119	66
Хлеб	50	3,95	0,5	25,95	118	19
Итого за день		**21,95**	**15,12**	**80,55**	**622**	
Пятница						
рагу из овощей	200	19	16	40	382	224
Чай с сахаром	200	0	0	13,9	52	184
Хлеб пшеничный	50	4	1	24,2	118	19
Булочка домашняя	50	4,97	3,89	31,02	178,96	
Итого за день		**27,97**	**20,89**	**109,12**	**730,96**	
Итого за 5 дней		**99,03**	**71,44**	**391,15**	**2577,96**	

3- неделя

Понедельник.		Б	Ж	У	Э.ц	
Сыр твердый порционно	15	3	3	0	36	366

Каша рисовая молочная с м/с	200/5	5,73	7,73	39,73	253	ДО7ЕО19
Кофейный напиток на молоке	200	3,1	3,4	15,1	101	60
Хлеб пшеничный	50	4	1	24,2	118	19
Итого за день		**15,83**	**15,13**	**79,03**	**508**	
Вторник.						
Котлета из говядины	50	8,6	9,44	8,49	152	98
Пюре картофельное	200	4,39	6,77	29,45	196,9	138
Компот из смеси сухофруктов	200	1	0,5	27,5	110	ДО7ЖИ20
Хлеб пшеничный	50	4	1	24,2	118	19
Итого за день		**17,99**	**17,71**	**89,64**	**576,9**	
Среда.						
Огурцы свежие порционно	20	0,14	0,2	0,38	2,2	119
Птица отварная	50	10,7	9	0,2	124	96
Каша гречневя рассыпчатая с маслом	150/5	7,1	5,8	28,6	198	123
Сок натуральный	200	0,2	0	3,9	16	ПРСОКДЕ
Хлеб	50	4	1	24,2	118	19
Итого за день		**22,14**	**16**	**57,28**	**458,2**	
Четверг.						
Каша "Дружба"	200/8	4,6	6,4	24,3	174	134
Напиток из плодов шиповника	200	0,7	0,03	29	119	65
Хлеб пшеничный	50	4	1	24,2	118	19
Фрукты свежие	шт	0,6	0,6	14,7	64	
Итого за день		**9,9**	**8,03**	**92,2**	**475**	
Пятница.						
Фрикадельки мясные	50	7,8	7,96	7,5	132,85	469
Макаронные изделия отварные с маслом	200/8	7,3	5,62	44,4	261	137
Чай с сахаром	200	0	0	13,9	52	184
Хлеб пшеничный	50	4	1	24,2	118	19
Печенье сахарное	25	1,65	2,13	18,1	97	
Итого за день		**20,75**	**16,71**	**108,1**	**660,85**	
Итого за 5 дней		**86,61**	**73,58**	**426,25**	**2678,95**	

4 - неделя

Понедельник	выход	Б	Ж	У	Э.ц	
сыр твердый порционно	15	3	3	0	36	366
Каша овсяннаямолочная жидкая (геркулес)	200/5	8,35	9,55	38	272	257
Кофейный напиток на молоке	200	3,1	3,4	15,1	101	60
Хлеб пшеничный	50	4	1	24,2	118	19
итого за день		**18,45**	**16,95**	**39,3**	**527**	

Вторник						
Котлеты рубленные из куриного филе	60	9	12,72	9,12	188	ДО7 КБКК
Бобовые отварные	200/5	18,9	5,1	43,2	297	146
Сок натуральный	200	0,2	0	3,9	16	ПРСОКДЕ
Хлеб пшеничный	50	4	1	24,2	118	19
итого за день		**32,1**	**18,82**	**80,42**	**619**	
Среда						
Рыба, тушенная с овощами	60/30	12,09	4,48	3	102	80
Рис припущенный	150	5,5	6,7	25,3	184	133
Компот из смеси сухофруктов	200	1	0,5	27,5	110	ДО7ЖИ20
Хлеб пшеничный	50	4	1	24,2	118	19
Итого за день		**22,59**	**12,68**	**80**	**514**	
Четверг						
Масло сливоч порц	15	0,12	11	0,19	99	
Каша пшенная молочная	200/5	7,47	8,8	35,2	249	ДО7ЕХ19
Чай с сахаром	200	0	0	13,9	52	184
Хлеб пшеничный	50	4	1	24,2	118	19
Булочка домашняя	50	4,97	3,89	31,02	178,96	
Итого за день		**16,44**	**13,69**	**69,12**	**597,96**	
Пятница						
Биточки из говядины	50	8,6	9,44	8,49	152	98
рагу из овощей	200	19	16	40	382	224
кисель плодово/ягодный	200	0	0	10	119	66
Хлеб пшеничный	50	4	1	24,2	118	19
Фрукты свежие	шт	0,6	0,6	14,7	64	
Итого за день		**32,2**	**27,04**	**97,39**	**835**	
Итого за 5 дней		**121,78**	**89,18**	**366,23**	**3092,96**	