

Типовое (базовое) меню для организации питания обучающихся 1-4 классов общеобразовательных организаций Новосибирской области, обслуживаемых МАУ "Комбинат питания" 70,00 руб

Сезон: Осень - зима

Вводится с 1 февраля 2023 г..

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1 неделя							
1 день							
Завтрак	Сыр порционный	15	4,059	4,029	0,000	52,500	№101,2013
	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом	205	7,798	8,150	37,263	253,599	№267, 2013
	Чай с сахаром и лимоном	207	0,263	0,058	10,259	42,610	ТТК
	Хлеб пшеничный	25	1,900	0,225	12,425	59,325	№108,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,128	0,168	11,952	53,832	№ 109, сб. 2013г
	Мандарины свежие	125	1,000	0,250	9,375	43,750	№112,2013
Всего		601	16,149	12,880	81,274	505,616	
Обед	Тефтели мясные	60	8,836	8,305	8,707	144,922	ТТК
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,056	7,794	40,867	269,837	№237, 2013
	Соус сметанный с томатом	25	0,510	0,661	1,967	15,858	№601, 2004
	Напиток витаминизированный Черносмородиновый	200	0,000	0,000	16,480	65,920	ТТК
	Хлеб пшеничный	24	1,824	0,216	11,928	56,952	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,175	0,175	12,450	56,075	№109,2013
Всего		484	21,402	17,151	92,399	609,563	
2 день							
Завтрак	Голень куриная отварная	80	14,480	7,360	0,080	124,480	ТТК
	Макаронные изделия отварные	120	4,663	4,293	29,680	176,011	№332, 2004
	Какао с молоком	200	4,130	3,805	14,998	110,762	ТТК
	Хлеб пшеничный	26	1,976	0,234	12,922	61,698	№ 108, сб. 2013г
Всего		426	25,250	15,692	57,681	472,951	
Обед	Жаркое по-Домашнему из филе птицы	260	17,719	9,921	32,793	291,336	№369,2013
	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,160	0,160	13,900	57,680	ТТК
	Хлеб пшеничный	32	2,432	0,288	15,904	75,936	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,410	0,210	14,940	67,290	№109,2013
Всего		522	21,721	10,579	77,537	492,242	
3 день							
Завтрак	Сыр порционный	10	2,680	2,660	0,000	34,660	№101,2013
	Каша молочная кукурузная жидкая с маслом	205	6,718	7,310	40,663	255,319	№265, 2013
	Кофейный напиток на молоке	200	2,059	1,987	17,981	98,041	ТТК
	Хлеб пшеничный	18	1,368	0,162	8,946	42,714	№108,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	17	0,799	0,119	8,466	38,131	№ 109, сб. 2013г
	Яблоко свежее	190	0,760	0,760	18,620	84,360	№112,2013
Всего		640	14,385	12,998	94,677	553,225	
Обед	Котлета Любительская из минтая	100	13,162	6,182	10,946	152,070	ТТК
	Пюре картофельное	200	4,476	6,261	35,238	215,205	№520, 2004
	Соус белый основной	20	0,140	0,741	0,845	10,606	№448,2013
	Напиток витаминизированный Клюквенный	200	0,000	0,000	16,480	65,920	ТТК
	Хлеб пшеничный	32	2,432	0,288	15,904	75,936	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,410	0,210	14,940	67,290	№109,2013
Всего		582	21,620	13,682	94,353	587,028	
4 день							
Завтрак	Биточки мясные с маслом	65	10,625	11,177	8,933	178,820	ТТК

	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,056	7,794	40,867	269,837	№237, 2013
	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	10,049	41,455	ТТК
	Хлеб пшеничный	27	2,052	0,243	13,419	64,071	№108,2013
Всего		442	21,933	19,264	73,268	554,182	
Обед	Филе птицы тушеное в сметанном соусе		16,908	6,346	2,663	135,398	№493,2004
	Рис припущенный	120	2,974	3,465	31,135	167,618	№512,2004
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,500	0,100	23,820	98,180	ТТК
	Хлеб пшеничный	24	1,824	0,216	11,928	56,952	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,175	0,175	12,450	56,075	№109,2013
Всего		369	23,381	10,302	81,996	514,223	
5 день							
Завтрак	Каша манная молочная жидкая с маслом	205	6,593	7,407	32,934	224,771	№262, 2013
	Какао с молоком	200	4,130	3,805	14,998	110,762	ТТК
	Хлеб пшеничный	17	1,292	0,153	8,449	40,341	108, 2013
	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,940	0,140	9,960	44,860	№109,2013
	Мандарины свежие	130	1,040	0,260	9,750	45,500	№112,2013
Всего		572	13,995	11,766	76,091	466,234	
Обед	Запеканка из печени с рисом с маслом		12,582	17,664	12,587	259,652	№482,2004
	Макаронные изделия отварные	180	6,995	6,440	44,520	264,016	№332, 2004
	Напиток мандариновый	200	0,176	0,044	11,630	47,620	№699, 2004
	Хлеб пшеничный	17	1,292	0,153	8,449	40,341	108, 2013
	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,940	0,140	9,960	44,860	№109,2013
Всего		417	21,985	24,441	87,146	656,489	
6 день							
Завтрак	Рагу из филе птицы	250	20,719	9,120	29,627	283,458	№489,2004
	Кофейный напиток на молоке	200	2,059	1,987	17,981	98,041	ТТК
	Хлеб пшеничный	30	2,280	0,270	14,910	71,190	№108,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	31	1,457	0,217	15,438	69,533	№ 109, сб. 2013г
Всего		511	26,515	11,593	77,956	522,222	
Обед	Шницель рубленый из филе птицы	100	18,619	7,980	17,858	217,728	ТТК
	Бобовые отварные /горох/	150	14,814	6,334	35,728	259,171	№514,2004
	Напиток витаминизированный Яблочно-облепиховый	200	0,000	0,000	16,480	65,920	ТТК
	Хлеб пшеничный	24	1,824	0,216	11,928	56,952	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,175	0,175	12,450	56,075	№109,2013
Всего		499	36,432	14,705	94,444	655,846	
2 неделя							
1 день							
Завтрак	Сыр порционный	15	4,059	4,029	0,000	52,500	№101,2013
	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	205	7,275	8,988	29,493	227,964	№266,2013
	Чай с сахаром	200	0,200	0,051	10,049	41,455	ТТК
	Хлеб пшеничный	29	2,204	0,261	14,413	68,817	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	33	1,551	0,231	16,434	74,019	№ 109, сб. 2013г
	Мандарины свежие	130	1,040	0,260	9,750	45,500	№112,2013
Всего		612	16,329	13,820	80,139	510,254	
Обед	Кукуруза консервированная	10	0,220	0,040	1,120	5,720	ТТК
	Фрикадельки из филе курицы	90	15,649	2,114	9,140	118,186	ТТК
	Пюре картофельное	120	2,686	3,757	21,143	129,123	№520, 2004
	Соус красный основной	25	0,218	0,523	1,628	12,095	№528/2,1994
	Напиток витаминизированный Вишневый	200	0,000	0,000	16,480	65,920	ТТК
	Хлеб пшеничный	15	1,140	0,135	7,455	35,595	№108,2013
Всего		460	19,912	6,569	56,967	366,640	
2 день							

Завтрак	Биточки мясные	50	8,821	6,293	7,390	121,479	ТТК
	Капуста тушеная с картофелем	200	4,148	6,104	33,229	204,443	ТТК
	Какао с молоком	200	4,130	3,805	14,998	110,762	ТТК
	Хлеб пшеничный	27	2,052	0,243	13,419	64,071	№108,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	23	1,081	0,161	11,454	51,589	№109, сб. 2013г
Всего		500	20,231	16,606	80,490	552,344	
Обед	Плов из филе птицы	200	20,463	11,876	41,664	355,393	№492,2004
	Напиток мандариновый	200	0,176	0,044	11,630	47,620	№699, 2004
	Хлеб пшеничный	27	2,052	0,243	13,419	64,071	№108,2013
Всего		427	22,691	12,163	66,713	467,084	
3 день							
Завтрак	Сыр порционный	10	2,680	2,660	0,000	34,660	№101,2013
	Каша ячневая вязкая с маслом	205	7,774	7,402	39,439	255,475	№255, 2013
	Кофейный напиток на молоке	200	2,059	1,987	17,981	98,041	ТТК
	Хлеб пшеничный	17	1,292	0,153	8,449	40,341	108, 2013
	Хлеб ржано-пшеничный	18	0,846	0,126	8,964	40,374	№109, сб. 2013г
	Яблоко свежее	190	0,760	0,760	18,620	84,360	№112,2013
Всего		640	15,412	13,088	93,454	553,251	
Обед	Котлеты по-Хлыновски	60	10,284	6,942	6,284	128,753	ТТК
	Макаронные изделия отварные	150	5,829	5,366	37,100	220,013	№332, 2004
	Соус сметанный с томатом	50	1,020	1,322	3,934	31,715	№601, 2004
	Напиток витаминизированный Черносмородиновый	200	0,000	0,000	16,480	65,920	ТТК
	Хлеб пшеничный	20	1,520	0,180	9,940	47,460	№108,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	17	0,799	0,119	8,466	38,131	№109, сб. 2013г
Всего		497	19,452	13,930	82,204	531,992	
4 день							
Завтрак	Шницель рубленый из филе птицы, маслом 90/5гр	95	16,797	10,807	16,137	229,000	ТТК
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,056	7,794	40,867	269,837	№237, 2013
	Чай с сахаром и лимоном	207	0,263	0,058	10,259	42,610	ТТК
	Хлеб пшеничный	27	2,052	0,243	13,419	64,071	№108,2013
Всего		479	28,169	18,902	80,682	605,518	
Обед	Рагу из филе птицы	260	23,551	9,348	29,675	297,030	№489,2004
	Напиток лимонный	200	0,144	0,016	10,460	42,560	ТТК
	Хлеб пшеничный	27	2,052	0,243	13,419	64,071	№108,2013
Всего		487	25,747	9,607	53,554	403,661	
5 день							
Завтрак	Сыр порционный	10	2,680	2,660	0,000	34,660	№101,2013
	Каша Дружба /рис, пшено, молоко/ с маслом	155	4,414	6,630	22,080	165,648	№260,2013
	Какао с молоком	200	4,130	3,805	14,998	110,762	ТТК
	Хлеб пшеничный	20	1,520	0,180	9,940	47,460	№108,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	17	0,799	0,119	8,466	38,131	№109, сб. 2013г
	Мандарины свежие	90	0,720	0,180	6,750	31,500	№112,2013
Всего		492	14,264	13,574	62,235	428,161	
Обед	Котлеты мясные	60	10,585	7,552	8,868	145,775	ТТК
	Пюре картофельное	150	3,357	4,696	26,428	161,404	№520, 2004
	Напиток витаминизированный Клюквенный	200	0,000	0,000	16,480	65,920	ТТК
	Хлеб пшеничный	31	2,356	0,279	15,407	73,563	№108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	31	1,457	0,217	15,438	69,533	№109, сб. 2013г
Всего		472	17,755	12,743	82,621	516,195	
6 день							
Завтрак	Макаронные изделия отварные с сыром маслом	150	8,500	11,600	28,330	251,720	№333,2004
	Кофейный напиток на молоке	200	2,059	1,987	17,981	98,041	ТТК

	Хлеб пшеничный	24	1,824	0,216	11,928	56,952	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,128	0,168	11,952	53,832	№ 109, сб. 2013г
	Яблоко свежее	190	0,760	0,760	18,620	84,360	№112,2013
Всего		588	14,271	14,731	88,811	544,905	
Обед	Печень по-строгоновски	80	7,861	7,322	4,811	116,583	№431, 2004
	Рис отварной	180	4,601	6,521	48,057	269,317	№511, 2004
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,500	0,100	23,820	98,180	ТТК
	Хлеб пшеничный	27	2,052	0,243	13,419	64,071	№108,2013
Всего		487	15,014	14,185	90,107	548,151	
Всего за две недели	Завтрак		6 503	226,901	174,914	946,757	6 268,861
Среднее значение за период			541,917	18,908	14,576	78,896	522,405
Всего за две недели	Обед		5 703	267,111	160,056	960,041	6 349,112
Среднее значение за период			475,250	22,259	13,338	80,003	529,093