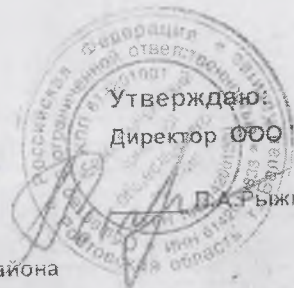




Согласовано:

Директор ООО "БК КОП" Умеловой Софья Николаевна



Утверждаю:

Директор ООО "БК КОП"

Ирина Валерьевна Рыжкина

Примерное меню.

Завтрак для учащихся 1-4 классов Тацинского района на 2025 учебный год на сумму 84,00 рублей.

Сборник рецептов блюд для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004г, 2011г, 2018г, ТТК.

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	ККАЛ
1 неделя						
Понедельник						
ТТК-167	Биточки из птицы с соусом томатным	90\31	15,13	18,31	15,11	286,82
508-2004	Каша пшеничная	150	6,63	4,48	39,03	223,3
Табл.32	Свекла отварная	60	0,62	0	3,9	18,71
692-2004	Кофейный напиток на молоке	180	3,51	2,61	10,08	77,4
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	Итого:	541	28,17	25,64	82,88	676,73
Вторник						
ТТК-174	Тефтели из птицы с соусом томатным	75\36	12,65	15,57	17,39	165,79
ТТК-166	Картофельное пюре	150	3,17	6,77	21,93	163,67
685-2004	Чай с сахаром	180\9	0,18	0	13,53	54,99
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
Пром.	Яблоки свежие	100	0,4	0,4	9,9	47,53
	Итого:	580	18,68	22,98	77,51	502,48
Среда						
ТТК-49	Птица тушеная с овощами	90\60	22,23	27,63	13,08	350,4
516-2004	Макароны отварные	150	5,59	4,4	35,71	205,5
530-2004	Морковь тушеная	60	0,66	1,48	4,46	36,21
495-2018	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,02	25	102
Пром.	Хлеб пшеничный	36	2,78	0,3	17,9	85,5
	Итого:	576	31,66	33,83	96,15	779,61

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	ККАЛ
	Четверг					
ТТК-115	Плов из птицы	90\150	29,46	34,41	58,56	729
Пром.	Огурцы соленые	60	4,04	0,56	1,08	9,32
685-2004	Чай с сахаром	180\9	0,18	0	13,53	54,99
Пром.	Хлеб пшеничный	22	1,7	0,18	10,99	52,45
	Итого:	511	35,38	35,15	84,16	845,76
	Пятница					
ТТК-151	Жаркое по домашнему из птицы	80\160	23,32	24,31	32,62	404,95
214-2004	Капуста тушеная	60	1,48	1,76	5,84	45,4
685-2004	Чай с сахаром	180\9	0,18	0	13,53	54,99
Пром.	Хлеб пшеничный	27	2,08	0,22	13,42	64,05
	Итого:	516	27,06	26,29	65,41	569,39
	2 неделя					
	Понедельник					
ТТК-109	Рыба жареная с соусом томатным	80\20	16,71	18,25	24,24	249,16
ТТК-166	Картофельное пюре	150	2,59	4,29	20,8	132,8
Табл.32	Свекла отварная	34	0,35	0	2,22	10,66
685-2004	Чай с сахаром	180\9	0,18	0	13,53	54,99
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	Итого:	503	22,11	22,78	75,55	518,11

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Ккал
	Вторник					
265-2018	Запеканка из макарон с творогом	200	13,06	11,91	38,79	262
Пром.	Молоко сгущенное	27	1,95	2,28	14,96	88,44
214-2004	Яйцо вареное с капустой тушеной	40\80	6,45	6,53	6,09	205,4
692-2004	Кофейный напиток	180	0,01	0,04	17,9	72,3
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	Итого:	557	23,75	21	92,5	698,64
	Среда					
ТТК-167	Котлеты из птицы	90	14,67	16,43	13,04	259,5
ТТК-166	Картофельное пюре	150	2,6	4,31	20,92	133,47
Табл.1981	Морковь отварная	30	0,49	0,04	2,62	13,3
685-2004	Чай с сахаром	180\9	0,18	0	13,53	54,99
Пром.	Хлеб пшеничный	26	1,98	0,21	12,84	61,34
	Итого:	485	19,92	20,99	62,95	522,6
	Четверг					
ТТК-111	Птица отварная	90	22,23	19,12	0,28	262,7
516-2004	Макароны отварные	150	5,56	4,37	35,5	204,3
Пром.	Огурцы соленые	60	4,04	0,56	1,08	9,32
692-2004	Кофейный напиток	180	0,01	0,04	17,9	72,3
Пром.	Хлеб пшеничный	29	2,21	0,23	14,32	68,39
	Итого:	509	34,05	24,32	69,08	617,01

