

Согласовано:

 Директор Н.Ю. Астафьев

Утверждено:
 Директор ООО "БК КОП"
 Л.А. Рыжкина


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

Сборник рецептур 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	85/27	14,22	17,21	14,2	269,61
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:		532	27,26	24,54	81,97	659,52
Вторник						
ТТК-174	Тефтели из птицы с соусом томатным	80/43	13,54	16,66	18,61	177,4
ТТК-166	Картофельное пюре	150	3,17	6,77	21,93	163,67
214-2004	Калуста 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	30	2,28	0,24	14,76	70,5
Пром.	Яблоки свежие	100	0,4	0,4	9,9	47,53
Итого:		652	21,05	25,83	84,57	559,49
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	29	2,25	0,24	14,5	69,26
Итого:		569	31,13	33,77	92,75	763,37

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	ККАЛ
Четверг						
ТТК-115	Плов из птицы	90\160	29,46	34,41	58,56	729
Пром.	Огурцы соленые	60	4,04	0,56	1,08	9,32
631-2004	Компот из свежих яблок	180	0,39	0,02	28,55	117,39
Пром.	Хлеб пшеничный	25	1,94	0,21	12,53	59,79
	Итого:	505	35,83	35,2	100,72	915,5
Пятница						
ТТК-151	Жаркое по домашнему из птицы	85\170	24,72	25,77	34,58	429,25
214-2004	Капуста тушеная	60	1,48	1,76	5,84	45,4
464-2018	Кофейный напиток	200	0,01	0,04	19,87	80,25
Пром.	Хлеб пшеничный	35	2,7	0,29	17,45	83,27
	Итого:	550	28,91	27,86	77,74	638,17
2 неделя						
Понедельник						
ТТК-109	Рыба жареная с соусом томатным	80\28	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	60	0,69		4,32	20,76
464-2018	Кофейный напиток	180	0,01	0,04	17,9	72,3
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,2	9,71	47,57
	Итого:	518	21,59	22,78	76,97	522,59

№ 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	20	1,44	1,69	11,07	65,45
214-2004	Яйцо вареное с капустой тушеной	40\52	6,45	6,53	6,09	205,4
495-2018	Компот из сухофруктов	200	0,44	0,02	27,75	113,32
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	Итого:	542	23,67	20,39	98,46	716,67
	Среда					
ТТК-167	Котлеты из птицы с соусом томатным	80\41	14,67	16,43	13,04	259,5
ТТК-166	Картофельное пюре	150	2,6	4,31	20,92	133,47
530-2004	Морковь тушеная	60	0,67	1,48	4,44	35,96
631-2004	Компот из свежих яблок	200	0,43	0,02	31,69	130,3
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	Итого:	561	20,65	22,48	84,85	629,73
	Четверг					
ТТК-111	Птица отварная с соусом томатным	85\39	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	200	0,01	0,04	19,87	80,25
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	Итого:	564	34,12	24,33	71,49	627,07

[illegible]