



*Согласовано*  
*Директор школы Угелюжской СОШ*  
*И.Ю. Астафьев*



*Утверждаю:*  
 Директор ООО "БК КОП"  
*Л.А. Раткина*

**Примерное меню.**

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
<b>1 неделя</b>						
<b>Понедельник</b>						
ТТК-167	Биточки из птицы с соусом	90\11	12,11	15,53	13,15	242
508-2004	Каша пшеничная	150	6,63	4,48	39,03	223,3
220-2004	Икра свекольная	60	0,66	1,48	4,45	36,24
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
	<b>Итого:</b>	<b>521</b>	<b>25,19</b>	<b>24,34</b>	<b>81,47</b>	<b>649,44</b>
<b>Вторник</b>						
ТТК-174	Тефтели из птицы с соусом	85\51	14,38	17,69	19,76	188,4
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
	<b>Итого:</b>	<b>605</b>	<b>20,41</b>	<b>25,1</b>	<b>79,88</b>	<b>525,09</b>
<b>Среда</b>						
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	34	2,62	0,28	16,89	80,66
	<b>Итого:</b>	<b>574</b>	<b>31,5</b>	<b>33,81</b>	<b>95,14</b>	<b>774,77</b>

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	ККАЛ
<b>Четверг</b>						
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	25	1,93	0,21	12,49	59,6
	<b>Итого:</b>	<b>514</b>	<b>35,61</b>	<b>35,18</b>	<b>85,66</b>	<b>852,91</b>
<b>Пятница</b>						
ТТК-151	Жаркое по домашнему из птицы	90\180	26,2	27,31	36,65	455
Табл.32	Свекла отварная	60	0,62	0	3,9	18,71
692-2004	Кофейный напиток	180	0,01	0,04	17,9	72,3
Пром.	Хлеб пшеничный	26	2	0,21	12,9	61,59
	<b>Итого:</b>	<b>545</b>	<b>28,83</b>	<b>27,56</b>	<b>71,35</b>	<b>607,6</b>
<b>2 неделя</b>						
<b>Понедельник</b>						
ТТК-109	Рыба жареная с соусом	85\16	17,78	19,42	25,79	265,06
ТТК-166	Картофельное пюре	150	2,59	4,29	20,8	132,8
Табл.32	Свекла отварная	60	0,62	0	3,9	18,71
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
	<b>Итого:</b>	<b>530</b>	<b>23,45</b>	<b>23,95</b>	<b>78,78</b>	<b>542,06</b>

№ п/п	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Ккал
	<b>Вторник</b>					
265-2018	Запеканка из макарон с творогом	200	13,06	11,91	38,79	262
Пром.	Молоко сгущенное	32	2,32	2,72	17,81	105,29
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	40	3,06	0,33	19,78	94,47
	<b>Итого:</b>	<b>572</b>	<b>24,9</b>	<b>21,53</b>	<b>100,37</b>	<b>739,46</b>
	<b>Среда</b>					
ТТК-167	Котлеты из птицы с соусом	90\16	15,43	19,79	16,76	308,34
ТТК-166	Картофельное пюре	150	2,6	4,31	20,92	133,47
530-2004	Морковь тушеная	60	0,66	1,48	4,46	36,21
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
	<b>Итого:</b>	<b>535</b>	<b>21,15</b>	<b>25,82</b>	<b>70,43</b>	<b>603,51</b>
	<b>Четверг</b>					
ТТК-111	Птица отварная с соусом	90\36	21,89	18,82	6,51	258,7
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	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	<b>Итого:</b>	<b>546</b>	<b>33,78</b>	<b>24,03</b>	<b>75,75</b>	<b>615,12</b>

