

УТВЕРЖДАЮ:

Директор СМУП ПиТ "Восторг"  
Рогова Анна Александровна

  
"26" \_\_\_\_\_ 2016 год

*Примерное двухнедельное меню  
горячего питания для учащихся общеобразовательных учреждений  
на сумму 36.41 руб  
( с 01.01.2017)*

14

МАЛООБЕСПЕЧЕННЫЕ						
1 неделя						
ПОНЕДЕЛЬНИК						
НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД, гр.	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ККАЛ	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/10	2,05	6,42	11,28	119,75	Москва 2011 № 82
Багет с сыром и колбасой	75	7,73	9,5	27,69	225,22	ТТК № 38
Компот из ягод (например смородины)	200	0	0	19,97	76	Москва 2003 № 398
Хлеб "Городской"	20	1,6	0,2	10,20	50	ТТК № 11
<b>ИТОГО</b>		<b>11,38</b>	<b>16,12</b>	<b>69,14</b>	<b>470,97</b>	

ВТОРНИК						
Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	2,27	6,59	12,33	123,25	Москва 2011 № 96
Пицца школьная	100	9,77	11,6	29,23	264,02	Москва 2003 № 93
Компот из свежих фруктов (например яблок)	200	0,16	0,16	27,88	114,6	Москва 2011 № 342
Хлеб " Дарницкий"	20	1,3	0,2	8,6	43	ТТК № 10
<b>ИТОГО</b>		<b>13,5</b>	<b>18,55</b>	<b>78,04</b>	<b>544,87</b>	
СРЕДА						
Суп картофельный с макар.изделиями	250	2,69	2,84	17,45	118,25	Москва 2011 № 103
Ватрушка с творогом	75	9,22	5,48	29,18	202	Москва 2011 № 410
Сок фруктовый (например виноградный)	200	0,6	0,4	32,6	136,4	Москва 2011 № 389
Хлеб "Городской"	20	1,6	0,2	10,20	50	ТТК № 11
<b>ИТОГО</b>		<b>14,11</b>	<b>8,92</b>	<b>89,43</b>	<b>506,65</b>	
ЧЕТВЕРГ						
Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/10	2,02	6,45	8,25	105,75	Москва 2011 № 88
Хачапури с сыром	75	9,59	10,61	28,25	249,75	Сыктывкар 1990 № 11
Компот из св.фруктов (например апельсинов)	200	0,27	0,06	22,11	89,4	ТТК № 48
Хлеб " Дарницкий"	20	1,3	0,2	8,6	43	ТТК № 10
<b>ИТОГО</b>		<b>13,18</b>	<b>17,32</b>	<b>67,21</b>	<b>487,9</b>	
ПЯТНИЦА						
Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,27	16,54	148,25	Москва 2011 № 102
Шанежка наливная	100	6,37	8,27	42,16	191	Москва 1994 № 693
Компот из ягод (например брусники)	200	0,11	0	23,95	95,76	Москва 2003 № 388
Хлеб "Городской"	20	1,6	0,2	10,20	50	ТТК № 11
<b>ИТОГО</b>		<b>13,57</b>	<b>13,74</b>	<b>92,85</b>	<b>485,01</b>	
СУББОТА						
Суп картофельный с рыбой	250/10	4,20	4,73	19,84	133,49	Пермь 2001 № 42
Сосиска запеченная в тесте	30/50	8,22	10,3	21,86	212,8	Москва 2011 № 420
Компот из с/ф (например изюма)	200	0,35	0,08	29,85	122,2	Москва 2011 № 348
Хлеб " Дарницкий"	20	1,3	0,2	8,6	43	ТТК № 10
<b>ИТОГО</b>		<b>14,07</b>	<b>15,31</b>	<b>80,15</b>	<b>511,49</b>	

2 неделя						
ПОНЕДЕЛЬНИК						
НАИМЕНОВАНИЕ	ВЫХОД, гр.	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ККАЛ	№ ПО СБОРНИКУ РЕЦЕПТУР
Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/10	2,05	6,42	11,28	119,75	Москва 2011 № 82
Багет с сыром и колбасой	75	7,73	9,5	27,69	225,22	ТТК № 38
Компот из свежих фруктов (например яблок)	200	0,16	0,16	27,88	114,6	Москва 2011 № 342
Хлеб "Городской"	20	1,6	0,2	10,20	50	ТТК № 11
<b>ИТОГО</b>		<b>11,54</b>	<b>16,28</b>	<b>77,05</b>	<b>509,57</b>	

ВТОРНИК						
Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,27	16,54	148,25	Москва 2011 № 102
Шанежка наливная	100	6,37	8,27	42,16	191	Москва 1994 № 693
Компот из св.фруктов (например апельсинов)	200	0,2	0,05	22,02	90,75	Москва 2011 № 346
Хлеб " Дарницкий"	20	1,3	0,2	8,6	43	ТТК № 10
<b>ИТОГО</b>		<b>13,36</b>	<b>13,79</b>	<b>89,32</b>	<b>473</b>	
СРЕДА						
Суп картофельный с макар.изделиями	250	2,69	2,84	17,45	118,25	Москва 2011 № 103
Пицца школьная	100	9,77	11,6	29,23	264,02	Москва 2003 № 93
Компот из ягод (например брусники)	200	0,11	0	23,95	95,76	Москва 2003 № 388
Хлеб "Городской"	20	1,6	0,2	10,20	50	ТТК № 11
<b>ИТОГО</b>		<b>14,17</b>	<b>14,64</b>	<b>80,83</b>	<b>528,03</b>	
ЧЕТВЕРГ						
Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/10	2,02	6,45	8,25	105,75	Москва 2011 № 88
Сосиска запеченная в тесте	30/50	8,22	10,3	21,86	212,8	Москва 2011 № 420
Сок фруктовый (например виноградный)	200	0,6	0,4	32,6	136,4	Москва 2011 № 389
Хлеб " Дарницкий"	20	1,3	0,2	8,6	43	ТТК № 10
<b>ИТОГО</b>		<b>12,14</b>	<b>17,35</b>	<b>71,31</b>	<b>497,95</b>	
ПЯТНИЦА						
Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	2,27	6,59	12,33	123,25	Москва 2011 № 96
Хачапури с сыром	75	9,59	10,61	28,25	249,75	Сыктывкар 1990 № 11
Компот из ягод (например смородины)	200	0	0	19,97	76	Москва 2003 № 398
Хлеб "Городской"	20	1,6	0,2	10,20	50	ТТК № 11
<b>ИТОГО</b>		<b>13,46</b>	<b>17,4</b>	<b>70,75</b>	<b>499</b>	
СУББОТА						
Борщ с картофелем (свекольник) со сметаной	250/10	2,27	6,51	13,79	133	Москва 2011 № 83
Ватрушка с творогом	75	9,22	5,48	29,18	202	Москва 2011 № 410
Компот из с/ф (например изюма)	200	0,35	0,08	29,85	122,2	Москва 2011 № 348
Хлеб " Дарницкий"	20	1,3	0,2	8,6	43	ТТК № 10
<b>ИТОГО</b>		<b>13,14</b>	<b>12,27</b>	<b>81,42</b>	<b>500,2</b>	