

Утверждаю: Директор ООО "ГлобусРесурс"
М.В.Корщенко

Согласовано:

директор

В.В. Васильев
В.В.

Примерное двухнедельное меню с 03.02.2025 "завтрак" для детей 7-11 лет 1 смена
на II полуг. 2024 - 2025 учебный год (дотация 108 руб 64 коп)

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
Неделя 1 день 1						
Завтрак						
2/2004	Бутерброд с джемом	35	3,97	3,84	7,38	113,76
35/2003	Каша молочная "Дружба" с маслом сл.	200/5	10,28	7,59	36,74	240,22
628/1994	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	9,80	37,80
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
Итого за 'Завтрак '			16,73	12,32	77,27	506,09
Неделя 1 день 2						
Завтрак						
1/2004	Бутерброд с сыром	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
50/2003	Котлета мясная Детская	15/15	1,88	1,33	4,68	13,86
469/1994	Макаронные изделия отварные	100	10,60	12,00	10,40	237,00
705/2004	Напиток из шиповника	150	5,30	5,47	33,22	183,94
-	Батон с отрубями	200	0,00	0,00	13,10	56,00
-	Фрукт	25	2,00	0,87	11,75	65,63
Итого за 'Завтрак '			19,78	19,67	73,15	556,43
Неделя 1 день 3						
Завтрак						
тк 245	Овощная подгарнировка	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
492/2004	Плов из мяса птицы с куркумой	35	0,21	0,04	0,75	5,08
628/1994	Чай с сахаром	200	12,65	15,25	39,76	318,89
-	Хлеб крестьянский витаминный	200	0,08	0,02	9,80	37,80
-	Кондитерское изделие	30	1,98	0,19	14,02	67,17
-	Фрукт	35	1,50	0,00	4,00	24,50
Итого за 'Завтрак '			16,42	15,5	68,33	453,44
Неделя 1 день 4						
Завтрак						
1/2004	Бутерброд с маслом с сыром	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
57/94	Каша пшеничная молочная с маслом сл.	25/10/25	9,04	14,65	11,81	217,32
28/1994	Чай с сахаром	200/5	7,86	7,18	36,02	232,18
-	Хлеб крестьянский витаминный	200	0,08	0,02	9,80	37,80
-	Фрукт	30	1,98	0,19	14,02	67,17
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
Итого за 'Завтрак '			19,36	22,04	83,25	603,15
Неделя 1 день 5						
Завтрак						
2004	Бутерброд с маслом	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
4/94	Жаркое из мяса с овощами	15/10	1,10	2,24	6,80	94,76
к 420	Чай лимонный	250	14,65	14,57	31,33	310,41
-	Хлеб ржаной	200	0,12	0,03	10,04	40,01
-	Фрукт	25	1,65	0,30	8,35	48,35
Итого за 'Завтрак '			17,52	17,14	56,52	493,53
Неделя 2 день 1						
Завтрак						
004	Бутерброд с маслом с сыром	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
7/1994	Каша ячневая вязкая молочная с маслом сл.	15/10/15	6,36	7,44	7,38	113,76
420	Чай лимонный	200/5	8,28	7,52	36,83	238,29
-	Хлеб ржаной	200	0,12	0,03	10,04	40,01
-	Фрукт	25	1,65	0,30	8,35	48,35
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
Итого за 'Завтрак '			16,81	15,29	74,20	489,09

Неделя 2 день 2		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<i>Завтрак</i>						
тгк 245	Овощная подгарнировка	30	0,32	0,06	1,12	7,62
401/1994	Гуляш из мяса	100	10,89	11,57	17,74	231,17
463/1994	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,57	7,64	28,75	173,41
705/2004	Напиток из шиповника	200	0,00	0,00	13,10	56,00
-	Хлеб крестьянский витаминный	25	1,65	0,15	11,68	55,97
Итого за 'Завтрак '			19,43	19,42	72,39	524,17
Неделя 2 день 3		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<i>Завтрак</i>						
тгк 245	Овощная подгарнировка	20	0,21	0,04	0,75	5,08
460/1994	Котлета из мяса птицы	100	8,51	9,90	7,43	144,53
469/1994	Макаронные изделия отварные	150	5,30	5,47	32,39	188,94
628/1994	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	9,80	37,80
-	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
Итого за 'Завтрак '			16,48	15,62	75,99	492,20
Неделя 2 день 4		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<i>Завтрак</i>						
284/1994	Омлет натуральный	150	8,45	9,84	22,37	203,44
-	Йогурт фруктовый	125	3,80	6,50	12,80	120,30
628/1994	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	9,80	37,80
-	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63
Итого за 'Завтрак '			16,31	17,42	70,74	494,34
Неделя 2 день 5		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
<i>Завтрак</i>						
2/2004	Бутерброд с маслом	15/10	1,10	2,24	6,80	94,76
43/2003	Суфле "Рыбка"	100	11,29	13,70	16,79	198,00
472/1994	Картофельное пюре	150	3,10	4,49	20,09	132,57
тгк 420	Чай лимонный	200	0,12	0,03	10,04	40,01
-	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17
Итого за 'Завтрак '			17,59	20,65	67,74	532,51
Итого за 10 дней			176,43	175,07	719,58	5144,96
Итого за один день			17,64	17,51	71,96	514,50

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 266592536671298867531651571396054376186336388979

Владелец Васильева Вера Владимировна

Действителен с 05.04.2024 по 05.04.2025