

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ООО "Гарант-Питание"

СОГЛАСОВАНО
Директор МАОУ СОШ № 2


Саблина Н.Н.
2022 года


СОГЛАСОВАНО
Директор МАОУ СОШ № 13


Румянцева Е.Ю.
2022 года


СОГЛАСОВАНО
Директор МАОУ СОШ № 25 с УИОП


Солнышкина В.В.
2022 года

СОГЛАСОВАНО
Директор МАОУ гимназия № 32


Белякова В.Н.
2022 года

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ СОШ № 44


Кузмичев К.С.
2022 года

СОГЛАСОВАНО
Директор МАОУ СОШ № 57


Симонова Э.А.
2022 года

СОГЛАСОВАНО

Генеральный директор
ООО "Гарант-Питание"


Савенкова Н.В.
2022 года



| № п/п | Наименование | Норма выхода готового продукта | Технологический нормативный документ | Номер рецепта | Калорийность | Соотношение белков, жиров, углеводов | | | |
|-------------------|-------------------------------------|--------------------------------|--|---------------|--------------|--------------------------------------|-------|----------|-------|
| | | | | | | белки | жиры | углеводы | |
| 1 - й день | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| 1 | Каша молочная пшеничная с маслом | 200 | Сборник рецептур, блюд и кулинарных изделий для предпр.общ.пит.общеобр.школах. | 303 | 287 | 6,80 | 6,10 | 51,15 | |
| 2 | Бутерброд с маслом и сыром | 70 | | 3 | 163 | 6,55 | 8,80 | 14,30 | |
| 3 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | | тот же | 377 | 65 | 0,20 | 0,00 | 16,00 |
| 4 | Фрукт | 100 | | тот же | 338 | 100 | 1,50 | | 23,60 |
| | <i>Итого</i> | 570 | | | 615 | 15,05 | 14,90 | 105,05 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| 1 | Помидор порционный | 60 | тот же | 71 | 15 | 0,72 | 0,12 | 2,76 | |
| 2 | Суп крестьянский на курином бульоне | 200 | тот же | 98 | 109 | 1,68 | 4,08 | 16,40 | |
| 3 | Биточек мясной | 90 | тот же | 268 | 248 | 14,70 | 11,20 | 22,10 | |
| 4 | Каша гречневая | 150 | тот же | 302 | 250 | 7,51 | 6,30 | 40,70 | |
| 5 | Компот из свежих фруктов | 180 | тот же | 342 | 117 | 0,16 | 0,00 | 29,00 | |
| 6 | Хлеб серый, белый | 60 | тот же | - | 129 | 4,35 | 0,66 | 26,40 | |
| | <i>Итого</i> | 740 | | | 867 | 29,12 | 22,36 | 137,36 | |

| № п/п | Наименование | Норма выхода готового продукта | Технологический нормативный документ | Номер рецепта | Калорий ность | Соотношение белков, жиров, углеводов | | |
|-------------------|--|---|--|------------------|------------------|---|--------------|--------------|
| | | | | | | белки | жиры | углеводы |
| 2 - й день | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Оладьи с творогом со сгущенным молоком | 200 | Сборник рецептур, блюд и кулинарных изделий для предпр.общ.пит.общеобр.школах. | 225 | 320 | 14,60 | 10,80 | 41,00 |
| 2 | Кофейный напиток | 200 | | 379 | 152 | 3,58 | 2,68 | 28,34 |
| 3 | Фрукт | 100 | | тот же | 338 | 100 | 1,50 | |
| | <i>Итого</i> | <i>500</i> | | | <i>572</i> | <i>19,68</i> | <i>13,48</i> | <i>92,94</i> |
| Обед | | | | | | | | |
| 1 | Огурец порционный | 60 | <i>тот же</i> | 71 | 10 | 0,48 | 0,00 | 2,04 |
| 2 | Борщ с фасолью и картофелем на курином бульоне | 200 | тот же | 84 | 112 | 1,83 | 4,90 | 15,20 |
| 3 | Птица тушеная в соусе | 100 | <i>тот же</i> | 290 | 206 | 13,14 | 16,05 | 2,30 |
| 4 | Горох отварной с луком и томатом | 150 | <i>тот же</i> | 308 | 142 | 3,0 | 4,9 | 21,5 |
| 5 | Компот из свежих фруктов | 180 | тот же | 342 | 117 | 0,16 | 0,00 | 29,00 |
| 6 | Хлеб серый, белый | 60 | тот же | - | 129 | 4,35 | 0,66 | 26,40 |
| | <i>Итого</i> | <i>750</i> | | | <i>716</i> | <i>22,96</i> | <i>26,52</i> | <i>96,39</i> |

| № п/п | Наименование | Норма выхода готового продукта | Технологический нормативный документ | Номер рецепта | Калорий ность | Соотношение белков, жиров, углеводов | | |
|-------|----------------------------|---|--|------------------|------------------|---|-------|----------|
| | | | | | | белки | жиры | углеводы |
| | | | 3 - й день | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | | |
| 1 | Макароны отварные с маслом | 155 | Сборник рецептур, блюд и кулинарных изделий для предпр.общ.пит.общеобр.школах. | 309 | 357 | 8,90 | 11,40 | 54,63 |
| 2 | Тефтели с соусом | 110 | | 279 | 189 | 6,50 | 13,40 | 10,50 |
| 3 | Кофейный напиток | 180 | тот же | 379 | 152 | 3,58 | 2,68 | 28,34 |
| 4 | Батон | 40 | | - | 64 | 2,40 | 0,40 | 12,60 |
| 5 | Фрукт | 100 | тот же | 338 | 100 | 1,50 | | 23,60 |
| | <i>Итого</i> | 585 | | | 861 | 22,88 | 27,88 | 129,67 |
| | Обед | | | | | | | |
| 1 | Помидор порционный | 60 | тот же | 71 | 15 | 0,72 | 0,12 | 2,76 |
| 2 | Уха ростовская | 200 | тот же | 396 | 140 | 17,0 | 4,4 | 8,8 |
| 3 | Гуляш | 100 | тот же | 246 | 364 | 25,67 | 27,19 | 4,17 |
| 4 | Перловка отварная | 150 | тот же | 312 | 203 | 4,43 | 4,74 | 35,55 |
| 5 | Компот из свежих фруктов | 180 | тот же | 342 | 117 | 0,16 | 0,00 | 29,00 |
| 6 | Хлеб серый, белый | 60 | тот же | - | 129 | 4,35 | 0,66 | 26,40 |
| | <i>Итого</i> | 750 | | | 970 | 52,33 | 37,11 | 106,68 |

| № п/п | Наименование | Норма выхода готового продукта | Технологический нормативный документ | Номер рецепта | Калорийность | Соотношение белков, жиров, углеводов | | |
|-------------------|---|--------------------------------|--|---------------|--------------|--------------------------------------|-------|----------|
| | | | | | | белки | жиры | углеводы |
| 4 - й день | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Каша молочная из пшеничной крупы с маслом | 210 | Сборник рецептур, блюд и кулинарных изделий для предпр. общ. пит. общеобр. школах. | 173 | 365 | 8,60 | 11,40 | 57,10 |
| 2 | Булочка с повидлом | 90 | | 426 | 188 | 3,00 | 6,78 | 28,68 |
| 3 | Кофейный напиток | 200 | | тот же | 379 | 152 | 3,58 | 2,68 |
| | Итого | 500 | | - | 705 | 15,18 | 20,86 | 114,12 |
| Обед | | | | | | | | |
| 1 | Огурец порционный | 60 | тот же | 71 | 10 | 0,48 | 0,00 | 2,04 |
| 2 | Суп картофельный с горохом на курином бульоне | 200 | тот же | 101 | 93 | 1,76 | 2,26 | 16,46 |
| 3 | Плов с мясом | 200 | тот же | 291 | 401 | 16,15 | 21,26 | 36,15 |
| 4 | Компот из свежих фруктов | 180 | тот же | 342 | 117 | 0,16 | 0,00 | 29,00 |
| 5 | Хлеб серый, белый | 60 | тот же | - | 129 | 4,35 | 0,66 | 26,40 |
| 6 | Фрукт | 100 | тот же | 338 | 100 | 1,50 | | 23,60 |
| | Итого | 800 | | | 850 | 24,40 | 24,18 | 133,65 |

| № п/п | Наименование | Норма выхода готового продукта | Технологический нормативный документ | Номер рецепта | Калорийность | Соотношение белков, жиров, углеводов | | |
|-------------------|---|--------------------------------|--|---------------|--------------|--------------------------------------|-------|----------|
| | | | | | | белки | жиры | углеводы |
| 5 - й день | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Омлет натуральный с зеленым горошком | 130 | Сборник рецептур, блюд и кулинарных изделий для предпр. общ. пит. общеобр. школах. | 212 | 317 | 14,60 | 23,60 | 11,60 |
| 2 | Бутерброд с маслом | 50 | | 3 | 161 | 6,50 | 8,70 | 14,20 |
| 3 | Кофейный напиток | 200 | тот же | 379 | 152 | 3,58 | 2,68 | 28,34 |
| 4 | Фрукт | 120 | тот же | 338 | 100 | 1,50 | | 23,60 |
| | <i>Итого</i> | 500 | | | 731 | 26,18 | 34,98 | 77,74 |
| Обед | | | | | | | | |
| 1 | Помидор порционный | 60 | тот же | 71 | 15 | 0,72 | 0,12 | 2,76 |
| 2 | Щи из свежей капусты на курином бульоне | 200 | тот же | 88 | 77 | 1,28 | 3,94 | 9,20 |
| 3 | Поджарка | 100 | тот же | 251 | 160 | 12,98 | 9,01 | 6,68 |
| 4 | Каша гречневая | 150 | тот же | 302 | 250 | 7,51 | 6,30 | 40,70 |
| 5 | Компот из апельсинов | 180 | тот же | 342 | 117 | 0,16 | 0,00 | 29,00 |
| 6 | Хлеб серый, белый | 60 | тот же | - | 129 | 4,35 | 0,66 | 26,40 |
| | <i>Итого</i> | 750 | | | 747 | 27,00 | 20,03 | 114,74 |

| № п/п | Наименование | Норма выхода готового продукта | Технологический нормативный документ | Номер рецепта | Калорийность | Соотношение белков, жиров, углеводов | | |
|-------------------|---|--------------------------------|--|---------------|--------------|--------------------------------------|-------|----------|
| | | | | | | белки | жиры | углеводы |
| 6 - й день | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Каша молочная из риса и пшена с маслом | 210 | Сборник рецептур, блюд и кулинарных изделий для предпр.общ.пит.общеобр.школах. | 176 | 296 | 6,30 | 10,30 | 44,40 |
| 2 | Бутерброд с маслом и сыром | 70 | | 3 | 163 | 6,55 | 8,80 | 14,30 |
| 3 | Кофейный напиток | 200 | тот же | 379 | 152 | 3,58 | 2,68 | 28,34 |
| 4 | Фрукт | 100 | тот же | 338 | 100 | 1,50 | | 23,60 |
| | Итого | 580 | | | 710 | 17,93 | 21,78 | 110,64 |
| Обед | | | | | | | | |
| 1 | Огурец порционный | 60 | тот же | 71 | 10 | 0,48 | 0,00 | 2,04 |
| 2 | Суп картофельный с горохом на курином бульоне | 200 | тот же | 101 | 93 | 1,76 | 2,26 | 16,46 |
| 3 | Рыба тушеная с овощами | 90 | тот же | 229 | 103 | 11,35 | 2,90 | 3,80 |
| 4 | Пюре картофельное | 150 | тот же | 312 | 170 | 3,17 | 9,20 | 18,62 |
| 5 | Компот из свежих фруктов | 200 | тот же | 342 | 117 | 0,16 | 0,00 | 29,00 |
| 6 | Хлеб серый, белый | 60 | тот же | - | 129 | 4,35 | 0,66 | 26,40 |
| | Итого | 760 | | | 606 | 21,27 | 15,02 | 96,32 |

| № п/п | Наименование | Норма выхода готового продукта | Технологический нормативный документ | Номер рецепта | Калорийность | Соотношение белков, жиров, углеводов | | |
|---------------------------|------------------------------|--------------------------------|---|---------------|--------------|--------------------------------------|-------|----------|
| | | | | | | белки | жиры | углеводы |
| 7 - й день | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Сырники со сгущенным молоком | 150/20 | Сборник рецептур, блюд и кулинарных изделий для | 219 | 392 | 28,20 | 22,50 | 19,20 |
| 2 | Батон с маслом | 50 | | 379 | 152 | 3,58 | 2,68 | 28,34 |
| 3 | Какао на молоке | 200 | тот же | 379 | 151 | 3,76 | 3,20 | 26,74 |
| 4 | Фрукт | 100 | тот же | 338 | 100 | 1,50 | | 23,60 |
| | <i>Итого</i> | 520 | | | 795 | 37,04 | 28,38 | 97,88 |
| Обед Дети 6-10 лет | | | | | | | | |
| 1 | Помидор порционный | 60 | тот же | | 14 | 0,72 | | 2,76 |
| 2 | Рассольник Домашний | 200 | тот же | 88 | 105 | 2,10 | 5,10 | 12,69 |
| 3 | Печень тушенная в соусе | 100 | тот же | 261 | 133 | 16,30 | 6,70 | 1,90 |
| 4 | Макароны отварные | 150 | тот же | 309 | 357 | 8,90 | 11,40 | 54,63 |
| 5 | Компот из свежих фруктов | 180 | тот же | 342 | 117 | 0,16 | 0,00 | 29,00 |
| 6 | Хлеб серый, белый | 60 | тот же | - | 129 | 4,35 | 0,66 | 26,40 |
| | <i>Итого</i> | 750 | | | 854 | 32,53 | 23,86 | 127,38 |

| № п/п | Наименование | Норма выхода готового продукта | Технологический нормативный документ | Номер рецепта | Калорий ность | Соотношение белков, жиров, углеводов | | |
|----------------|--|---|--|------------------|------------------|---|-------|----------|
| | | | | | | белки | жиры | углеводы |
| | | | | | | 8 - й день | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Оладьи с яблоком и сгущенным молоком | 150/20 | Сборник рецептур, кондитерских и кулинарных изделий для предпр. общ. пит. общеобр. школах. тот же | 403 | 474 | 12,80 | 13,10 | 76,30 |
| 2 | Кофейный напиток | 200 | | 379 | 152 | 3,58 | 2,68 | 28,34 |
| 3 | Фрукт | 130 | | тот же | 338 | 100 | 1,50 | |
| | Итого | 500 | | | 727 | 17,88 | 15,78 | 128,24 |
| Обед | | | | | | | | |
| 1 | Огурец порционный | 60 | тот же | 71 | 10 | 0,48 | 0,00 | 2,04 |
| 2 | Суп картофельный на курином бульоне с макаронными изделиями | 200 | тот же | 103 | 164 | 5,08 | 5,35 | 23,85 |
| 3 | Гуляш | 100 | тот же | 246 | 364 | 25,67 | 27,19 | 4,17 |
| 4 | Каша гречневая | 150 | тот же | 302 | 250 | 7,51 | 6,30 | 40,70 |
| 5 | Компот из свежих фруктов | 180 | тот же | 342 | 117 | 0,16 | 0,00 | 29,00 |
| 6 | Хлеб серый, белый | 60 | тот же | - | 129 | 4,35 | 0,66 | 26,40 |
| | Итого | 750 | | | 1033 | 43,25 | 39,5 | 126,16 |

| № п/п | Наименование | Норма выхода готового продукта | Технологический нормативный документ | Номер рецепта | Калорийность | Соотношение белков, жиров, углеводов | | |
|-------------------|--|--------------------------------|---|---------------|--------------|--------------------------------------|--------------|---------------|
| | | | | | | белки | жиры | углеводы |
| 9 - й день | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Пудинг из творога с изюмом и сгущенным молоком | 150/50 | Сборник рецептур, блюд и кулинарных изделий для | 222 | 386 | 18,12 | 14,18 | 46,42 |
| 2 | Чай с сахаром и лимоном | 200/15/7 | предпр.общ.пит.общеобр.школа | 377 | 65 | 0,20 | 0,00 | 16,00 |
| 3 | Фрукт | 100 | тот же | 338 | 100 | 1,50 | | 23,60 |
| | Итого | 522 | | | 551 | 19,82 | 14,18 | 86,02 |
| Обед | | | | | | | | |
| 1 | Помидор порционный | 60 | тот же | | 14 | 0,72 | | 2,76 |
| 2 | Борщ из свежей капусты с картофелем на курином бульоне | 200 | тот же | 82 | 112 | 1,83 | 4,90 | 15,20 |
| 3 | Биточки рыбные | 90 | тот же | 234 | 159 | 11,80 | 8,32 | 9,28 |
| 4 | Рис отварной с маслом | 150 | тот же | 302 | 252 | 3,64 | 8,87 | 39,35 |
| 5 | Компот из апельсинов | 200 | тот же | 342 | 117 | 0,16 | 0,00 | 29,00 |
| 6 | Хлеб серый, белый | 60 | тот же | - | 129 | 4,35 | 0,66 | 26,40 |
| 7 | | | | | | | | |
| | Итого | 760 | | | 783 | 22,50 | 22,75 | 121,99 |

| № п/п | Наименование | Норма выхода готового продукта | Технологический нормативный документ | Номер рецепта | Калорийность | Соотношение белков, жиров, углеводов | | |
|--------------------|---|--------------------------------|--|---------------|--------------|--------------------------------------|-------|----------|
| | | | | | | белки | жиры | углеводы |
| 10 - й день | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Каша молочная манная с маслом и сахаром | 220 | Сборник рецептур, блюд и кулинарных изделий для предпр. общ. пит. общеобр. школах. | 171 | 357 | 8,90 | 11,40 | 54,63 |
| 2 | Бутерброд с маслом и сыром | 70 | | 3 | 163 | 6,55 | 8,80 | 14,30 |
| 3 | Кофейный напиток | 200 | тот же | 379 | 152 | 3,58 | 2,68 | 28,34 |
| 4 | Фрукт | 100 | тот же | 338 | 100 | 1,50 | | 23,60 |
| | Итого | 590 | | | 772 | 19,03 | 22,88 | 97,27 |
| 1 | Обед | | | | | | | |
| 2 | Огурец порционный | 60 | тот же | 71 | 10 | 0,48 | 0,00 | 2,04 |
| 3 | Суп фасолевый с картофелем на курином бульоне | 200 | тот же | 102 | 131 | 4,14 | 4,28 | 18,90 |
| 4 | Жаркое по-Домашнему | 200 | тот же | 259 | 376 | 14,60 | 26,00 | 21,00 |
| 5 | Компот из свежих фруктов | 180 | тот же | 342 | 117 | 0,16 | 0,00 | 29,00 |
| 6 | Хлеб серый, белый | 60 | тот же | - | 129 | 4,35 | 0,66 | 26,40 |
| | Итого | 700 | | | 763 | 23,73 | 30,94 | 97,34 |

| № п/п | Наименование | Норма выхода готового продукта | Технологический нормативный документ | Номер рецепта | Калорийность | Соотношение белков, жиров, углеводов | | |
|--------------------|--------------------------------|--------------------------------|--|---------------|--------------|--------------------------------------|-------|----------|
| | | | | | | белки | жиры | углеводы |
| 11 - й день | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Плов с мясом | 200 | Сборник рецептур, блюд и кулинарных изделий для предпр.общ.пит.общеобр.школах. | 291 | 401 | 16,15 | 21,26 | 36,15 |
| 2 | Батон с маслом | 50 | | 379 | 152 | 3,58 | 2,68 | 28,34 |
| 3 | Кофейный напиток | 200 | тот же | 379 | 152 | 3,58 | 2,68 | 28,34 |
| 4 | Фрукт | 100 | тот же | 338 | 100 | 1,50 | | 23,60 |
| | <i>Итого</i> | 550 | | | 805 | 24,81 | 26,62 | 116,43 |
| Обед | | | | | | | | |
| 1 | Помидор порционный | 60 | тот же | 71 | 15 | 0,72 | 0,12 | 2,76 |
| 2 | Суп овощной на курином бульоне | 200 | тот же | 99 | 87 | 1,40 | 3,94 | 11,40 |
| 3 | Бефстроганов | 100 | тот же | 250 | 204 | 17,50 | 12,40 | 5,70 |
| 4 | Макароны отварные | 150 | тот же | 309 | 357 | 8,90 | 11,40 | 54,63 |
| 5 | Компот из свежих фруктов | 200 | тот же | 342 | 117 | 0,16 | 0,00 | 29,00 |
| 6 | Хлеб серый, белый | 60 | тот же | - | 129 | 4,35 | 0,66 | 26,40 |
| 7 | | | | | | | | |
| | <i>Итого</i> | 770 | | | 908 | 33,03 | 28,52 | 129,89 |

| № п/п | Наименование | Норма выхода готового продукта | Технологический нормативный документ | Номер рецепта | Калорийность | Соотношение белков, жиров, углеводов | | |
|--------------------|--|--------------------------------|--|---------------|--------------|--------------------------------------|-------|----------|
| | | | | | | белки | жиры | углеводы |
| 12 - й день | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Каша молочная манная с маслом | 210 | Сборник рецептур, блюд и кулинарных изделий для предпр. общ. пит. общеобр. школах. | 171 | 357 | 8,90 | 11,40 | 54,63 |
| 2 | Бутерброд с маслом и сыром | 70 | | 3 | 163 | 6,55 | 8,80 | 14,30 |
| 3 | Какао на молоке | 200 | тот же | 379 | 151 | 3,76 | 3,20 | 26,74 |
| 4 | Фрукт | 100 | тот же | 338 | 100 | 1,50 | | 23,60 |
| | Итого | 580 | | | 670 | 19,21 | 23,40 | 95,67 |
| Обед | | | | | | | | |
| 1 | Огурец порционный | 60 | тот же | 71 | 10 | 0,5 | 0,0 | 2,0 |
| 2 | Суп картофельный с пшеном на курином бульоне | 200 | тот же | 101 | 117 | 2,2 | 2,8 | 20,6 |
| 3 | Рулет с луком и яйцом | 100 | тот же | 277 | 166 | 8,9 | 9,9 | 10,4 |
| 4 | Пюре картофельное | 150 | тот же | 312 | 170 | 3,17 | 9,20 | 18,62 |
| 5 | Компот из свежих фруктов | 200 | тот же | 342 | 117 | 0,16 | 0,00 | 29,00 |
| 6 | Хлеб серый, белый | 60 | тот же | - | 129 | 4,35 | 0,66 | 26,40 |
| | Итого | 770 | | | 709 | 19,26 | 22,59 | 107,04 |

| № п/п | Наименование | Норма выхода готового продукта | Технологический нормативный документ | Номер рецепта | Калорийность | Соотношение белков, жиров, углеводов | | |
|--------------------|------------------------------------|--------------------------------|--|---------------|--------------|--------------------------------------|-------------|---------------|
| | | | | | | белки | жиры | углеводы |
| 13 - й день | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Макароны отварные с маслом и сыром | 200 | Сборник рецептур, блюд и кулинарных изделий для предпр.общ.пит.общеобр.школах. | 204 | 302 | 12,5 | 6,3 | 48,8 |
| 2 | Кофейный напиток | 200 | | 379 | 152 | 3,58 | 2,68 | 28,34 |
| 3 | Батон | 40 | тот же | - | 64 | 2,40 | 0,40 | 12,60 |
| 4 | Фрукт | 100 | тот же | 338 | 100 | 1,50 | | 23,60 |
| | <i>Итого</i> | <i>540</i> | | | <i>517</i> | <i>18,51</i> | <i>9,35</i> | <i>89,74</i> |
| Обед | | | | | | | | |
| 1 | Помидор порционный | 60 | <i>тот же</i> | | 14 | 0,72 | | 2,76 |
| 2 | Щи по-уральски на курином бульоне | 200 | <i>тот же</i> | 93 | 77 | 1,28 | 3,94 | 9,20 |
| 3 | Котлета по домашнему с соусом | 110 | тот же | 268 | 248 | 14,70 | 11,20 | 22,10 |
| 4 | Каша гречневая | 150 | тот же | 302 | 250 | 7,51 | 6,30 | 40,70 |
| 5 | Компот из фруктов | 200 | <i>тот же</i> | 342 | 117 | 0,16 | | 29,00 |
| 6 | Хлеб серый, белый | 60 | тот же | - | 129 | 4,35 | 0,66 | 26,40 |
| | <i>Итого</i> | <i>780</i> | | | <i>834</i> | <i>28,72</i> | <i>22,1</i> | <i>130,16</i> |

| № п/п | Наименование | Норма выхода готового продукта | Технологический нормативный документ | Номер рецепта | Калорий ность | Соотношение белков, жиров, углеводов | | |
|--------------------|--|---|--|------------------|------------------|---|-------|----------|
| | | | | | | белки | жиры | углеводы |
| 14 - й день | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Запеканка творожная с молоком сгущенным | 160 | Сборник рецептур, блюд и кулинарных изделий для предпр. общ. пит. общеобр. школа | 223 | 392 | 28,20 | 22,50 | 19,20 |
| 2 | Батон | 40 | | 379 | 64 | 2,40 | 0,40 | 12,60 |
| 3 | Какао на молоке | 200 | тот же | 379 | 151 | 3,76 | 3,20 | 26,74 |
| 4 | Фрукт | 100 | тот же | 338 | 100 | 1,50 | | 23,60 |
| | Итого | 500 | | | 707 | 35,86 | 26,10 | 82,14 |

| | | | | | | | | |
|-------------|---|-----|--------|---------|-----|-------|-------|--------|
| Обед | | | | | | | | |
| 1 | Огурец порционный | 60 | тот же | 71 | 10 | 0,48 | 0,00 | 2,04 |
| 2 | Суп картофельный с рыбными фрикадельками | 200 | тот же | 106,107 | 133 | 7,76 | 2,72 | 19,28 |
| 3 | Оладьи из печени | 80 | тот же | 251 | 160 | 12,98 | 9,01 | 6,68 |
| 4 | Рис отварной с маслом | 150 | тот же | 302 | 252 | 3,64 | 8,87 | 39,35 |
| 5 | Компот из свежих фруктов | 180 | тот же | 342 | 117 | 0,16 | 0,00 | 29,00 |
| 6 | Хлеб серый, белый | 60 | тот же | - | 129 | 4,35 | 0,66 | 26,40 |
| | Итого | 730 | | | 800 | 29,37 | 21,26 | 122,75 |

Разработала



Директор ООО "Гарант-Питание" Савенкова Н.В.