Согласовано _____

_____ / _____ /

Согласовано
Директор ЗАО КШП
_____ / Т.В. Солоднева /

Цикличное меню Площадка 2-х разовое 1 неделя

на период с 02.06.2025г. по 06.06.2025

Сборник рецептур	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины							Минеральные вещества					ХЕ
				Белки	Жиры	Углево-ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мкг)	J (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Fe (мг)	
Понедельник																				
Завтрак																				
Таб.24/96	9800	Десерт фруктовый (яблоко)	100	0,40	0,40	11,30	50,40		0,03	0,02	10,00				16,00	9,00	11,00	2,20		
Таб№4/96	9742	Каша молочная ячневая с маслом	200/5	7,33	7,65	35,72	241,05	0,05	0,16	0,19	1,28	7,33	7,33	5,90	154,86	35,98	242,35	0,91		
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18								0,45			0,05		
ТТК	16323	Бутерброд с сыром (батон)	20/25	6,75	6,92	12,85	140,67	0,05	0,04	0,07	0,15	4,87	4,87		189,55	10,60	121,25	0,51		
		Итого:	550	14,48	14,97	74,84	498,30	0,10	0,23	0,28	11,43	12,20	12,20	5,90	360,86	55,58	374,60	3,67	6,24	
Обед																				
148/96	18735	Суп с макаронными изделиями на кур.бульоне	250	13,68	14,85	16,13	252,83	0,24	0,10	0,11	3,31	13,59	13,38	0,30	36,94	22,48	130,59	1,43		
ТТК	20400	Котлета куриная "Пожарская" с гарниром (овощное соте)	70/20	12,19	13,06	12,24	215,21		0,01	0,01	10,38	0,12	0,03	0,10	9,80	4,78	10,08	0,17		
464/96	18744	Каша гречневая вязкая	180	5,49	5,99	26,55	182,11	0,02	0,18	0,09		5,49			16,83	86,60	131,98	2,97		
ТТК 19.06,17г.	14233	Компот из сливы	200	0,16	0,06	21,88	88,70								0,60			0,06		
ТТК	17568	Мороженое НЧ ГОСТ 75гр.	75	4,10	11,60	21,60	207,20													
ПП	11521	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24		0,07	0,03		2,72	2,72	2,00	18,80	19,60	62,80	1,56		
Пром	350	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20		0,06	0,02		3,80			10,00	7,00	32,50	0,55		
		Итого:	885	42,13	46,48	138,92	1 142,48	0,26	0,42	0,26	13,69	25,71	16,12	2,40	92,97	140,66	367,94	6,74	11,58	
		Итого:	1 435	56,61	61,45	213,76	1 640,78	0,36	0,65	0,54	25,12	37,91	28,32	8,30	453,83	196,24	742,54	10,40	17,81	
Вторник																				
Завтрак																				
ТТК	19761	Бутерброд с мясом прессованным (изд.кул,батон)	20/25	2,10	1,13	12,85	69,99		0,03	0,01					4,75	3,25	16,25	0,30		
Таб.№24/96	12214	Десерт фруктовый (банан)	105	1,58	0,53	22,05	99,29		0,04	0,05	10,50	1,58	1,64	2,18	8,40	44,10	29,40	0,63		
ТТК	17928	Блинчики Домашние с молоком сгущ.	135/15	7,57	10,87	38,11	280,57		0,01	0,03	0,18				46,51	5,15	33,18	0,03		
ТТК	13514	Чай ягодный	200	0,14	0,05	12,95	52,81		0,00	0,01	26,60	0,14			5,15	4,12	4,39	0,21		
		Итого:	500	11,39	12,59	85,96	502,67		0,08	0,10	37,28	1,72	1,64	2,18	64,81	56,62	83,22	1,17	7,16	
Обед																				
Таб.№24/96	6109	Огурец свежий	65	0,46	0,07	1,26	7,51		0,02	0,01	4,64	0,46	0,46	3,32	11,27	9,28	19,89	0,33		
110/96	18742	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур. бульоне	250	2,08	5,08	13,78	109,08	0,20	0,06	0,06	24,76	2,08	9,41	1,24	49,29	27,04	54,84	33,28		
401/96	20468	Гуляш из свинины (лопатка)	50/50	11,18	29,70	12,23	360,94		0,01	0,01	2,35	0,61	0,32	0,05	15,30	4,04	12,77	0,28		
469/96;516/3/04	1669	Макароны отварные	150	5,65	4,29	36,02	205,29	0,02	0,09	0,03		5,65	5,61	0,77	20,27	8,72	47,78	0,90		
698/97	15346	Компот из яблок (местное)	200	0,18	0,18	28,36	115,79		0,01	0,01	4,50				7,92	4,05	4,95	1,06		
пром	2974	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76		0,04	0,01		3,04	3,04	0,64	8,00	5,60	26,00	0,44		
		Итого:	805	22,59	39,64	111,33	892,36	0,22	0,24	0,13	36,25	11,83	18,85	6,01	112,04	58,73	166,23	36,29	9,28	
		Итого:	1 305	33,98	52,22	197,29	1 395,03	0,22	0,32	0,23	73,53	13,55	20,48	8,19	176,85	115,35	249,45	37,46	16,44	
Среда																				
Завтрак																				
Таб.№24/96	16350	Десерт фруктовый (яблоко)	110	0,56	0,44	12,17	54,88		0,03	0,02	11,00				17,60	9,90	12,10	2,42		
Таб №25/96	13849	Бутерброд с сыром (батон в асс.)	20/20	6,97	6,53	12,99	138,61	54,60	0,01	0,06	0,15	4,87	4,87		184,80	7,35	105,00	0,21		
УКС	20410	Запеканка творожная с крошкой и соусом десертным	130/20	3,95	11,49	47,23	308,16	73,36	0,05	0,12	13,60	2,19	1,75	0,30	17,40	10,06	54,66	0,92		
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18								0,45			0,05		
		Итого:	500	11,48	18,46	87,36	567,83	127,96	0,09	0,20	24,75	7,06	6,62	0,30	220,25	27,31	171,76	3,60	7,28	
Обед																				
138/96	18734	Суп картофельный с горохом на кур.бульоне	250	14,14	11,84	19,75	242,15	0,18	0,29	0,15	12,75	13,03	8,24	1,08	54,86	45,72	162,77	2,76		
ТТК	20427	Голубцы ленивые куриные с соусом томатным	50/40	6,38	9,43	5,47	132,27		0,01	0,01	1,55	0,38	0,19	0,03	3,30	2,90	5,75	0,13		
240/96	7309	Картофель запеченный	150	3,09	6,86	25,18	174,82		0,19	0,11	30,90	3,09			22,81	35,98	91,24	1,45		
646/96;699/2004	267	Напиток из лимона	200	0,14	0,02	24,43	98,46		0,01	0,00	6,40	0,14	0,14	0,32	7,12	1,92	3,52	0,17		
пром	2974	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76		0,04	0,01		3,04	3,04	0,64	8,00	5,60	26,00	0,44		
		Итого:	730	26,79	28,47	94,51	741,46	0,18	0,54	0,28	51,60	19,68	11,61	2,07	96,09	92,12	289,29	4,95	7,88	
		Итого:	1 230	38,27	46,94	181,87	1 309,30	128,13	0,64	0,49	76,35	26,74	18,23	2,37	316,34	119,44	461,05	8,55	15,16	
Четверг																				
Завтрак																				
Таб.№24/96	7926	Огурец свежий	70	0,50	0,07	1,36	8,07		0,02	0,01	5,00	0,50	0,50	3,57	12,14	10,00	21,42	0,36		
114/96	20389	Фрикадельки из говядины с соусом томатным	50/50	8,23	10,04	7,44	152,99		0,01	0,01	1,94	0,48	0,24	0,03	4,13	3,63	7,18	0,16		
469/96	18751	Спагетти (макароны) отварные	180	6,72	7,09	43,08	263,01								9,94	0,59	2,15	0,08		
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18								0,45			0,05		
ТТК	20349	Печенье Хлебный спас сдобное Полезный завтрак в асс 32гр.	32	2,36	5,28	22,08	145,28													
ПП	12649	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88		0,02	0,01		1,52	1,52	0,32	4,00	2,80	13,00	0,22		
		Итого:	602	19,33	22,63	98,77	682,41		0,05	0,03	6,94	2,50	2,26	3,92	30,66	17,02	43,75	0,86	8,23	
Обед																				
Таб.№24/96	6183	Помидор свежий	70	0,79	0,14	2,71	15,26		0,04	0,03	17,85	0,79	0,79	4,28	10,00	14,28	18,56	0,64		
120/96	18738	Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне	250	11,35	13,26	9,68	203,45	0,20	0,11	0,13	34,68	9,68	9,41		67,08	35,05	135,18	1,65		
403/96	20426	Плов из свинины (свин.лопатка)	50/150	5,10	13,47	39,99	301,57		0,06	0,04	3,34	3,94			17,71	33,52	91,81	0,81		
646/96,699/2004	1227	Напиток из апельсинов	200	0,20	0,04	25,73	104,08		0,01	0,01	13,20	0,20	0,20	0,44	8,20	2,86	5,06	0,14		
ТТК	7335	Булочка Десертная (повидло)	30	2,32	2,08	19,13	104,52	0,01	0,04	0,03	0,13	2,32	2,03	0,70	14,94	4,64	27,76	0,37		
ТТК	20251	Хлеб ржаной	20	1,36	0,26	7,96	39,62		0,04	0,02		1,36	1,36	1,00	9,40	9,80	31,40	0,78		
ПП	198	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04		0,04	0,01		2,66	2,66	0,56	7,00	4,90	22,75	0,39		
		Итого:	805	23,78	29,53	122,42	850,54	0,21	0,34	0,27	69,20	20,94	16,46	6,98	134,34	105,05	332,52	4,78	10,20	
		Итого:	1 407	43,11	52,16	221,19	1 532,95	0,21	0,39	0,30	76,13	23,44	18,72	10,90	164,99	122,07	376,27	5,64	18,43	
Пятница																				
Завтрак																				
11/04	19738	Бутерброд горячий с мясом пресс.с сыром	35	6,51	6,21	10,28	123,05	0,02	0,02	0,03	0,05	1,53	1,53		61,88	4,91	46,00	0,31		
Таб.№24/96	10235	Десерт фруктовый (яблоко)	90	0,36	0,36	10,17	45,36		0,03	0,02	9,00				14,40	8,10	9,90	1,98		
Таблица №4/96	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом	200/5	8,35	9,82	34,12	258,26	0,05	0,24	0,20	1,28	8,35	2,85	5,90	145,99	71,26	236,35	1,74		
ТТК	20493	Коктейль мол.Милкшейк	200																	
		Итого:	530	15,22	16,39	54,57	426,67	0,07	0,29	0,25	10,33	9,88	4,38	5,90	222,27	84,27	292,25	4,03	4,55	
Обед																				
174/97	18733	Суп крестьянский с крупой на кур. бульоне	250	2,28	5,20	13,83	111,20	0,20	0,06	0,05	20,20	2,28	9,41	1,24	36,33	20,58	70,54	0,83		
430/96	8719	Запеканка картофельная с говядиной (мясо	150	13,21	11,16	26,59	259,64	1,18	0,22	0,19	30,31	13,21			26,89	49,06	194,73	2,96		
ТТК 19,06,17г.	14233	Компот из сливы	200	0,16	0,06	21,88	88,70								0,60			0,06		
ТТК	14182	Трубочка слоёная в ассортименте	35	1,64	5,74	14,41	115,86	3,76	0,00	0,01		0,01			0,57	0,12	1,99	0,03		
ПП	13185	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43		0,05	0,02		2,04	2,04	1,50	14,10	14,70	47,10	1,17		
ПП	198	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04		0,04	0,01		2,66	2,66	0,56	7,00	4,90	22,75	0,39		
		Итого:	700	21,99	22,83	105,87	716,87	5,14	0,37	0,28	50,51	20,19	14,11	3,30	85,49	89,36	337,11	5,43	8,82	
		Итого:	1 230	37,21	39,22	160,44	1 143,54	5,21	0,67	0,52	60,84	30,07	18,49	9,20	307,76	173,63	629,36	9,46	13,37	