

Согласовано _____

_____/_____/_____/

Циклическое меню Площадка 2-х разовое 4 неделя

на период с 23.06.2025г. по 27.06.2025



Сборник рецептов	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества								ХЕ
				Белки	Жиры	Угле- ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	Na (мг)	K (мг)	Fe (мг)			
Понедельник																					
Завтрак																					
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		
ТТК	17139	Бутерброд горячий с сыром	40	5,29	6,78	10,32	123,50	11,80	0,03	0,07	0,11	3,52	3,48			137,63	8,65	94,05	0,47		
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	1,26	8,35	2,85	5,90	145,99	71,26	236,35	1,74			
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18								0,45				0,05		
Итого:			535	14,00	16,96	69,58	493,30	11,85	0,30	0,29	10,39	11,87	6,33	5,90	298,47	88,01	340,30	4,24	5,80		
Обед																					
Таб. №24/96	6114	Огурец свежий	60	0,43	0,06	1,16	6,90			0,02	0,01	4,28	0,43	0,43	3,06	10,40	8,57	18,36	0,31		
132/96	18826	Суп из овощей на кур. бульоне	250	10,88	11,95	11,83	198,40	0,19	0,13	0,13	25,11	9,39	8,82	1,16	57,76	35,11	137,57	1,66			
ТТК	20391	Котлета куриная "Пожарская" с соусом томатным	70/20	11,99	13,04	12,04	213,49		0,00	0,00	0,78	0,19	0,10	0,01	1,65	1,45	2,92	0,06			
472/96	549	Картофельное пюре	150	3,30	4,98	22,06	146,26	0,03	0,16	0,13	25,91	3,30	0,70	1,44	48,32	33,13	98,47	1,23			
ТТК 19.06.17г.	14233	Компот из сливы	200	0,16	0,06	21,88	88,70								0,60			0,06			
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			
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:			820	31,84	30,80	100,59	806,94	0,22	0,41	0,31	59,07	18,39	15,13	7,81	140,83	98,56	330,41	4,93	8,38		
Итого:			1 355	45,84	47,77	170,17	1 300,24	12,06	0,71	0,60	66,46	30,28	21,46	13,71	439,30	186,57	670,71	9,17	14,18		
Вторник																					
Завтрак																					
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		
416/96	20390	Котлета рубленая (говядина,мясо птицы,хлеб) с соусом	50/50	9,41	10,80	12,74	185,77	1,90	0,07	0,09	3,10	9,41	0,39	0,05	16,24	18,82	98,06	1,62			
469/96	18417	Макароны отварные	180	6,72	7,09	43,08	263,01		0,10	0,02		6,72	6,72	0,92	21,55	10,37	55,32	1,06			
№629/96	264	Чай лимонный	200	0,08	0,01	15,21	61,25		0,00	0,00	3,20	0,08	0,08	0,16	3,65	0,96	1,76	0,09			
пп	13285	Батон в ассортименте	50	3,75	1,45	25,70	130,85		0,06	0,02					9,50	6,50	32,50	0,60			
Итого:			600	20,75	19,49	99,44	656,14	1,90	0,28	0,17	24,15	17,00	7,98	5,41	80,94	50,93	206,20	4,00	8,29		
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			
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			
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18								0,45			0,05			
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			
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:			830	15,11	25,14	120,95	776,82	3,96	0,25	0,18	32,74	12,32	11,91	6,06	103,39	91,85	248,13	36,21	10,08		
Итого:			1 430	35,86	44,63	220,39	1 432,96	5,86	0,53	0,32	56,89	29,32	19,89	11,47	164,33	142,58	454,32	40,21	18,37		
Среда																					
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	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		
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	54,86	0,92			
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:			505	6,75	13,12	85,20	485,85	73,36	0,11	0,16	51,20	2,33	1,75	0,30	44,90	27,33	87,40	3,85	7,10		
Обед																					
151/96	18736	Суп лапша домашняя на кур. бульоне	250	13,97	15,39	14,32	251,73	0,25	0,10	0,12	2,53	13,97	13,83	1,75	38,27	18,87	133,32	1,39			
416/96	20222	Биточки рубленые из свинины с соусом (окорок)	75/30	10,01	24,75	12,76	313,86	2,85	0,02	0,01	1,16	1,13	0,15	0,02	4,80	5,70	13,87	0,34			
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			
Акт от 06-09.06.2022г.	20083	Компот из груш п/с	200	0,01	0,01	6,92	27,76		0,00	0,00	0,11	0,01	0,01	0,04	0,62	0,27	0,36	0,07			
пп	1561	Хлеб ржаной	25	1,70	0,33	9,95	49,57		0,05	0,02		1,70	1,70	1,25	11,75	12,25	39,25	0,98			
пп	420	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32		0,03	0,01		2,28	2,28	0,48	6,00	4,20	19,50	0,33			
Итого:			760	31,06	47,58	83,89	888,06	3,10	0,39	0,28	34,71	22,18	17,97	3,54	84,28	77,28	297,34	4,57	6,99		
Итого:			1 265	37,81	60,70	169,09	1 373,90	76,46	0,51	0,44	85,91	24,60	19,72	3,85	129,15	104,60	384,74	8,42	10,09		
Четверг																					
Завтрак																					
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		
401/96	20407	Гуляш из цыплят в томатном соусе	50/50	13,59	11,09	3,09	166,52			0,01	0,01	1,94	0,48	0,24	0,03	4,13	3,63	7,18	0,16		
468/96.512/3/2004	18749	Рис припущенный	180	4,46	5,20	46,71	251,51	0,02	0,05	0,04		4,46			13,18	31,90	97,74	0,70			
ТТК	4145	Чай фруктовый	200	0,20	0,04	19,01	77,20		0,00	0,00	0,80	0,20			3,25	1,60	2,80	0,61			
пп	15228	Батон в ассортименте	35	2,63	1,02	17,99	91,60			0,04	0,01				6,65	4,55	22,75	0,42			
Итого:			585	21,67	17,49	89,51	602,09	0,02	0,15	0,09	20,59	5,93	1,03	4,31	37,21	55,95	149,03	2,53	7,46		
Обед																					
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			
ТТК	20248	Пельмени отварные с курицей Кроха,с маслом	150	20,21	13,70	34,10	342,00	0,01	1,35	1,49		0,02			455,51	218,56	1 581,73	14,95			
773/97.705/2004	314	Отвар шиповника с сахаром	200	0,68	0,28	29,62	123,72		0,01	0,06	200,00	0,68	0,68	1,00	12,60	3,40	3,40	0,66			
697/96	1779	Запеканка с говядиной и луком	50	7,57	4,37	22,09	157,97	0,01	0,07	0,07	0,18	7,57	7,18	61,43	11,99	10,69	75,39	1,05			
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			
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			
Итого:			730	45,85	32,40	132,03	1 003,77	0,22	1,65	1,79	234,88	23,78	19,31	63,93	571,29	289,40	1 875,30	20,03	11,00		
Итого:			1 315	67,32	49,89	221,53	1 605,87	0,24	1,80	1,88	255,45	29,72	20,35	68,24	608,49	345,35	2 024,33	22,56	18,46		
Пятница																					
Завтрак																					
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		
ТТК	17139	Бутерброд горячий с сыром	40	5,29	6,78	10,32	123,50	11,80	0,03	0,07	0,11	3,52	3,48			137,63	8,65	94,05	0,47		
Таб. 24/96	9829	Каша молочная "Дружба"с маслом	200/5	6,27	7,84	33,76	230,68	0,05	0,14	0,17	1,26	6,27	2,84	5,88	127,34	38,36	160,00	0,84			
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18								0,45				0,05		
Итого:			535	11,92	14,98	69,22	455,72	11,85	0,20	0,26	10,37	9,79	6,32	5,88	279,82	55,11	263,95	3,34	6,77		
Обед																					
139/96	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	20474	Котлета рубленая из говядины с соусом томатным	70/20	10,89	17,68	12,20	251,51		0,00	0,00	0,78	0,19	0,10	0,01	1,65	1,45	2,94	0,06			
469/96	18751	Спагетти (макароны) отварные	180	6,72	7,09	43,08	263,01								9,94	0,59	2,15	0,08			
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			
Т																					