

**Цикличное меню 3 неделя Город**

на период с 14.09.2020г. по 18.09.2020

Сборник рецептур	Код	Наименование	Выход	Цена продаж	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества						
					Белки	Жиры	Угле-ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мкг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)	Fe (мг)	
<b>Понедельник</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
	10911	Виноград свежий	85	12,00	0,53	0,53	13,61	61,33		0,04	0,02	5,30	0,53	0,53	3,54	26,52	15,03	19,45	0,53	
Таблица №4/96	6705	Каша молочная геркулесовая вязкая с маслом	200/5	18,00	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	
	630/96	Чай с молоком	160	6,00	1,16	1,40	13,86	72,68	0,01	0,02	0,06	0,52	1,16	1,16	2,40	48,36	5,60	36,00	0,08	
УКС	7789	Пицца с ветчиной	50	21,00	6,63	9,66	15,39	175,02	0,05	0,08	0,09	1,15	6,63	6,63	121,91	103,63	11,61	103,99	0,67	
<b>Итого:</b>					<b>57,00</b>	<b>16,67</b>	<b>21,41</b>	<b>76,98</b>	<b>567,29</b>	<b>0,11</b>	<b>0,38</b>	<b>0,37</b>	<b>8,25</b>	<b>16,67</b>	<b>11,17</b>	<b>133,75</b>	<b>324,50</b>	<b>103,50</b>	<b>395,79</b>	<b>3,02</b>
<b>Обед</b>																				
Таб.№24/96	1044	Огурец свежий	35	4,00	0,25	0,04	0,68	4,08		0,01	0,01	2,50	0,25	0,25	1,79	6,07	5,00	10,71	0,18	
Таб.№24/96	15220	Десерт фруктовый (яблоко)	55	3,00	0,22	0,22	5,39	24,42		0,02	0,01	5,50				8,80	4,95	6,05	1,21	
	138/96	Суп картофельный с горохом на кв. бульоне	200	9,00	11,31	9,48	15,80	193,72	0,14	0,24	0,12	10,20	10,42	6,59	1 121,73	43,89	36,58	130,22	2,21	
	416/96	Котлета рубленая из говядины с соусом	50/30	27,00	8,93	8,26	9,65	148,66	1,90	0,06	0,08	1,16	8,93	0,15	0,02	12,11	15,19	90,92	1,46	
	255/96, таб №4	Каша гречневая рассыпчатая	100	10,00	5,85	4,06	26,43	165,66	0,01	0,20	0,10		5,85			13,76	92,62	139,48	3,13	
ТТК	11692	Компот из ягод (смесь)	160	7,00	0,21	0,08	20,70	84,36		0,01	0,01	42,20	0,21			8,17	6,54	6,96	0,33	
ТТК	7604	Булочка Десертная (повидло)	40	6,00	3,12	2,98	25,74	142,26	1,81	0,05	0,04	0,16	3,12	3,12	97,33	19,10	6,19	36,69	0,50	
Пром	350	Хлеб пшеничный	50	5,00	3,80	0,40	24,60	117,20		0,06	0,02		3,80			10,00	7,00	32,50	0,55	
<b>Итого:</b>					<b>71,00</b>	<b>33,69</b>	<b>25,52</b>	<b>128,99</b>	<b>880,36</b>	<b>3,86</b>	<b>0,64</b>	<b>0,39</b>	<b>61,72</b>	<b>32,58</b>	<b>10,10</b>	<b>1 220,87</b>	<b>121,90</b>	<b>174,07</b>	<b>453,53</b>	<b>9,57</b>
<b>Полдник</b>																				
ТТК	9070	Чай ягодный замороженная (смесь)	160	4,00	0,11	0,04	10,55	43,00		0,00	0,00	21,20	0,11			4,11	3,29	3,50	0,17	
ТТК	10016	Хачапури	75	28,00	10,67	9,49	30,54	250,25	0,08	0,09	0,13	0,15	10,67	10,67	153,68	205,32	15,96	165,59	0,97	
<b>Итого:</b>					<b>30,00</b>	<b>10,78</b>	<b>9,53</b>	<b>41,09</b>	<b>293,25</b>	<b>0,08</b>	<b>0,09</b>	<b>0,13</b>	<b>21,35</b>	<b>10,78</b>	<b>10,67</b>	<b>153,68</b>	<b>209,43</b>	<b>19,25</b>	<b>169,09</b>	<b>1,14</b>
<b>Вторник</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
Таб.24/96	10277	Помидор свежий	15	2,00	0,17	0,03	0,58	3,27		0,01	0,01	3,83	0,17	0,17	0,92	2,14	3,06	3,98	0,14	
	393/97	Сосиска отварная	50	31,00	5,61	12,19	0,20	132,95		0,10	0,08		5,61			17,85	10,20	81,09	0,92	
	472/96	Картофельное пюре	100	12,00	2,20	3,44	14,70	98,56	0,02	0,11	0,09	17,27	2,20	0,46	0,96	32,25	22,08	65,67	0,82	
ТТК	11465	Чай лимонный	160	5,00	0,07	0,01	13,69	55,13		0,00	0,00	2,88	0,07	0,07	0,16	3,29	0,86	1,58	0,08	
	687/96	Пирожок с капустой и яйцом	30	4,00	2,20	1,67	12,54	73,99	0,01	0,03	0,02	6,76	2,20	2,20	133,66	12,38	5,37	23,27	0,34	
ПП	15288	Батон в ассортименте	20	3,00	1,50	0,58	10,28	52,34		0,02	0,01					3,80	2,60	13,00	0,24	
<b>Итого:</b>					<b>57,00</b>	<b>11,75</b>	<b>17,92</b>	<b>51,99</b>	<b>416,24</b>	<b>0,03</b>	<b>0,28</b>	<b>0,21</b>	<b>30,74</b>	<b>10,25</b>	<b>2,91</b>	<b>135,70</b>	<b>71,71</b>	<b>44,17</b>	<b>188,59</b>	<b>2,54</b>
<b>Обед</b>																				
Таб.№24/96	12267	Десерт фруктовый (груша)	95	18,00	0,38	0,29	9,79	43,29		0,02	0,03	4,75	0,38	0,04	0,19	18,05	11,40	15,20	2,19	
	109/96	Борщ из свежей капусты с картофелем соусом Юса на кв. бульоне	200/10	16,00	1,94	10,76	11,39	150,16	0,16	0,05	0,06	19,81	1,94	7,53	1 281,98	42,73	22,93	49,27	26,72	
ТТК	1120	Котлета Пожарская из цыплят	55	25,00	13,60	18,17	13,00	269,93	5,60	0,09	0,13	1,34	13,60			30,50	17,50	126,76	1,27	
	469/96	Макароны отварные	100	4,00	3,73	3,94	23,93	146,12		0,06	0,01		3,73	3,73	0,51	11,97	5,76	30,73	0,59	
ТТК	13987	Чай черносмородиновый	160	6,00	0,80	0,20	13,98	60,96	10,35	0,00	0,00	2,00	0,05	0,01	0,05	0,30	0,08	0,19	0,03	
ПП	365	Хлеб пшеничный	25	2,00	1,90	0,20	12,30	58,60		0,03	0,01		1,90			5,00	3,50	16,25	0,28	
<b>Итого:</b>					<b>71,00</b>	<b>22,35</b>	<b>33,56</b>	<b>84,39</b>	<b>729,05</b>	<b>16,11</b>	<b>0,25</b>	<b>0,25</b>	<b>27,90</b>	<b>21,60</b>	<b>11,31</b>	<b>1 282,73</b>	<b>108,55</b>	<b>61,17</b>	<b>238,41</b>	<b>31,08</b>
<b>Полдник</b>																				
	682/96	Оладьи со сгущенным молоком	100/30	24,00	10,44	10,88	61,09	384,04	11,26	0,15	0,18	1,03	10,44	10,44	432,59	179,58	28,58	181,09	0,95	
ТТК 19.06.17г.	14226	Компот из сливы	160	6,00			15,97	63,87								0,48			0,05	

Итого: 30,00 10,44 10,88 77,06 447,91 11,26 0,15 0,18 1,03 10,44 10,44 432,59 180,06 28,58 181,09 1,00

**Среда**

*Завтрак*

№34/1998	5153	Ветчина порционная	15	8,00	2,00	3,38	0,29	39,58		0,05	0,02		2,00			4,03	4,03	31,16	0,20
ТТК	8923	Запеканка творожная с крошкой и молоком сгущенным	100/10	42,00	14,61	16,36	36,07	349,96	0,09	0,08	0,22	0,39	14,61	11,56	0,18	136,55	21,41	185,20	0,75
ТТК	13921	Чай яблочный	160	3,00	0,05	0,05	10,80	43,85		0,00	0,00	1,14				2,12	1,03	1,25	0,28
ПП	13286	Батон в ассортименте	30	4,00	2,25	0,87	15,42	78,51		0,03	0,01					5,70	3,90	19,50	0,36
<b>Итого:</b>				<b>57,00</b>	<b>18,91</b>	<b>20,66</b>	<b>62,58</b>	<b>511,90</b>	<b>0,09</b>	<b>0,16</b>	<b>0,25</b>	<b>1,53</b>	<b>16,61</b>	<b>11,56</b>	<b>0,18</b>	<b>148,40</b>	<b>30,37</b>	<b>237,11</b>	<b>1,59</b>

*Обед*

Таб.№24/96	6755	Огурец свежий	45	5,00	0,32	0,05	0,87	5,21		0,01	0,01	3,21	0,32	0,32	2,30	7,80	6,43	13,77	0,23
136/96	1576	Суп картофельный с пшеном на кур. бульоне	200	10,00	8,96	8,44	13,95	167,57	0,15	0,13	0,11	14,97	7,68	7,06	1 201,86	35,12	30,80	118,86	1,42
№ 403/96	1144	Плов из мяса	30/150	41,00	10,41	21,54	40,10	395,90		0,29	0,10	3,34	10,41		600,00	18,97	44,06	164,16	1,55
646/96	8782	Напиток из лимона	160	6,00	0,12	0,01	19,55	78,77		0,01	0,00	5,12	0,12	0,12	0,26	5,70	1,54	2,82	0,13
№627/13	13477	Булочка с повидлом	50	6,00	4,27	2,87	33,25	175,91	0,01	0,07	0,03	0,04	4,27	4,12	0,60	10,09	7,11	39,22	0,61
ПП	198	Хлеб пшеничный	35	3,00	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
<b>Итого:</b>				<b>71,00</b>	<b>26,74</b>	<b>33,19</b>	<b>124,94</b>	<b>905,40</b>	<b>0,16</b>	<b>0,55</b>	<b>0,26</b>	<b>26,68</b>	<b>25,46</b>	<b>14,28</b>	<b>1 805,57</b>	<b>84,68</b>	<b>94,84</b>	<b>361,58</b>	<b>4,33</b>

*Полдник*

773/97	6132	Отвар шиповника с сахаром	160	9,00	0,54	0,22	23,70	98,94		0,01	0,05	160,00	0,54	0,54	0,80	10,08	2,72	2,72	0,53
687/96	15276	Пирожок с мясом и луком (говядина)	50	21,00	8,47	4,21	27,95	183,61	4,70	0,08	0,07	0,17	8,36	8,34	69,64	12,97	12,38	82,07	1,16
<b>Итого:</b>				<b>30,00</b>	<b>9,01</b>	<b>4,43</b>	<b>51,65</b>	<b>282,55</b>	<b>4,70</b>	<b>0,09</b>	<b>0,12</b>	<b>160,17</b>	<b>8,90</b>	<b>8,89</b>	<b>70,44</b>	<b>23,05</b>	<b>15,10</b>	<b>84,79</b>	<b>1,69</b>

**Четверг**

*Завтрак*

Таб.№24/96	5109	Помидор свежий	25	3,00	0,28	0,05	0,97	5,45		0,02	0,01	6,38	0,28	0,28	1,53	3,57	5,10	6,63	0,23
401/96	16300	Гуляш из филе куриного в томатном соусе	40/40	34,00	13,41	4,68	2,69	106,50		0,01	0,01	1,55	0,38	0,19	0,03	9,19	3,25	6,94	0,17
257/96;510/3/2004	1958	Каша гречневая вязкая	100	7,00	3,05	3,33	14,75	101,17	0,01	0,10	0,05		3,05			9,35	48,22	73,32	1,65
ТТК	11692	Компот из ягод (смесь)	160	7,00	0,21	0,08	20,70	84,36		0,01	0,01	42,20	0,21			8,17	6,54	6,96	0,33
УКС	7607	Плюшка "Новомосковская"	40	3,00	2,97	2,20	20,17	112,36	0,01	0,05	0,02	0,02	2,97	2,97	151,30	10,16	4,80	28,48	0,36
ПП	15288	Батон в ассортименте	20	3,00	1,50	0,58	10,28	52,34		0,02	0,01					3,80	2,60	13,00	0,24
<b>Итого:</b>				<b>57,00</b>	<b>21,42</b>	<b>10,92</b>	<b>69,56</b>	<b>462,18</b>	<b>0,02</b>	<b>0,21</b>	<b>0,10</b>	<b>50,15</b>	<b>6,89</b>	<b>3,44</b>	<b>152,86</b>	<b>44,24</b>	<b>70,51</b>	<b>135,33</b>	<b>2,98</b>

*Обед*

Таб.№24/96	16350	Десерт фруктовый (яблоко)	110	7,00	0,44	0,44	10,78	48,84		0,03	0,02	11,00				17,60	9,90	12,10	2,42
132/96	15261	Суп из овощей на кур. бульоне	200	12,00	8,70	9,56	9,46	158,72	0,15	0,11	0,11	20,09	7,51	7,06	1 201,86	46,21	28,09	110,05	1,33
423/96	1186	Тефтели из говядины с соусом	60/30	29,00	8,67	13,27	8,35	187,51		0,04	0,08	1,16	8,67	0,58	0,08	14,76	15,26	92,88	1,35
469/96	15763	Спагетти отварные	150	9,00	5,60	5,66	35,88	216,84								7,36	0,44	1,60	0,06
ТТК	10500	Чай с шиповником	160	5,00	0,18	0,07	14,49	59,31		0,00	0,02	52,00	0,18	0,18	0,26	3,48	0,88	0,88	0,19
ТТК	14182	Трубочка слоёная в ассортименте	35	6,00	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	198	Хлеб пшеничный	35	3,00	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
<b>Итого:</b>				<b>71,00</b>	<b>27,89</b>	<b>35,02</b>	<b>110,60</b>	<b>869,13</b>	<b>3,91</b>	<b>0,23</b>	<b>0,24</b>	<b>84,25</b>	<b>19,03</b>	<b>10,47</b>	<b>1 202,76</b>	<b>96,98</b>	<b>59,59</b>	<b>242,25</b>	<b>5,76</b>

*Полдник*

11/04	4457	Бутерброд горячий с ветчиной и сыром	60	24,00	7,51	8,69	15,82	171,53	0,03	0,11	0,08	0,08	7,51	7,51		107,96	13,21	116,71	0,74
ТТК	14226	Компот из сливы	160	6,00			15,97	63,87								0,48			0,05
19.06.17Г.																			
<b>Итого:</b>				<b>30,00</b>	<b>7,51</b>	<b>8,69</b>	<b>31,79</b>	<b>235,40</b>	<b>0,03</b>	<b>0,11</b>	<b>0,08</b>	<b>0,08</b>	<b>7,51</b>	<b>7,51</b>		<b>108,44</b>	<b>13,21</b>	<b>116,71</b>	<b>0,79</b>

**Пятница**

*Завтрак*

ТТК	18132	Палочки Молодежные	45	29,00		2,00		17,98											0,04
ТТК	15991	Рис Весенний	100	13,00	1,44	2,81	13,73	86,01		0,01	0,01		1,26			2,36	9,06	27,24	0,19
ТТК	15868	Морс черносмородиновый	160	12,00			13,20	52,80	34,16	0,01	0,01	6,60	0,15	0,04	0,15	0,54	0,25	0,64	0,01
ПП	15288	Батон в ассортименте	20	3,00	1,50	0,58	10,28	52,34		0,02	0,01					3,80	2,60	13,00	0,24
<b>Итого:</b>				<b>57,00</b>	<b>2,94</b>	<b>5,39</b>	<b>37,21</b>	<b>209,13</b>	<b>34,16</b>	<b>0,04</b>	<b>0,02</b>	<b>6,60</b>	<b>1,41</b>	<b>0,04</b>	<b>0,15</b>	<b>6,70</b>	<b>11,91</b>	<b>40,92</b>	<b>0,44</b>

*Обед*

Таб.№24/96	2391	Огурец свежий	30	3,00	0,21	0,03	0,58	3,43		0,01	0,01	2,14	0,21	0,21	1,53	5,20	4,28	9,18	0,15
------------	------	---------------	----	------	------	------	------	------	--	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------

№ 138/96	167	Суп картофельный с фасолью на кур. бульоне	200	13,00	1,52	4,18	8,57	77,98	0,14	0,07	0,07	14,57	1,52	6,59	1 121,73	33,40	20,10	43,95	26,40
ТТК, акт 10/12/18г.	17308	Котлета Веста рыбная из минтая	50	28,00	1,56	3,37	5,49	58,57	1,41	0,01	0,01	0,16	0,35		0,44	3,76	4,50	13,63	0,18
240/96	6290	Картофель запеченный	100	15,00	2,06	4,57	16,79	116,53		0,12	0,07	20,60	2,06			13,98	23,91	60,57	0,96
ТТК	9070	Чай ягодный замороженная (смесь)	160	4,00	0,11	0,04	10,55	43,00		0,00	0,00	21,20	0,11			4,11	3,29	3,50	0,17
ТТК	2316	Рожок обсыпной	50	6,00	4,04	3,38	29,56	164,82	0,01	0,07	0,03		4,04	3,92	0,58	9,11	6,50	38,69	0,52
ПП	365	Хлеб пшеничный	25	2,00	1,90	0,20	12,30	58,60		0,03	0,01		1,90			5,00	3,50	16,25	0,28
<b>Итого:</b>			<b>71,00</b>	<b>11,40</b>	<b>15,77</b>	<b>83,84</b>	<b>522,93</b>		<b>1,56</b>	<b>0,32</b>	<b>0,20</b>	<b>58,67</b>	<b>10,19</b>	<b>10,72</b>	<b>1 124,29</b>	<b>74,56</b>	<b>66,08</b>	<b>185,77</b>	<b>28,66</b>
<b>Полдник</b>																			
ТТК	11465	Чай лимонный	160	5,00	0,07	0,01	13,69	55,13		0,00	0,00	2,88	0,07	0,07	0,16	3,29	0,86	1,58	0,08
№ 123/08 Муч.	1648	Булочка Молочная с сыром	25/50	25,00	11,22	9,80	28,94	248,84	0,08	0,09	0,13	0,45	11,22	11,22	193,82	270,70	19,00	189,69	0,80
<b>Итого:</b>			<b>30,00</b>	<b>11,29</b>	<b>9,81</b>	<b>42,63</b>	<b>303,97</b>		<b>0,08</b>	<b>0,09</b>	<b>0,13</b>	<b>3,33</b>	<b>11,29</b>	<b>11,29</b>	<b>193,98</b>	<b>273,99</b>	<b>19,86</b>	<b>191,27</b>	<b>0,88</b>