

Меню (горячие завтраки)

для учащихся школ п.г.т. Безенчук и Безенчукского района на период с 23.11.2020г. - 27.11.2020г.



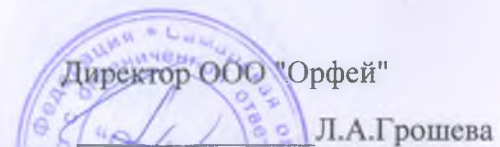
Директор ООО "Орфей"

Л.А. Грошева

Дата	№ рецепт	Наименование	Выход, г	цена, руб	Пищевая ценность			Энергет. ценность	Витамины				Минеральные вещества			
					Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe
23.11		Зеленый горош порц	20	2,76	0,62	0,04	1,3	8	0,02	2,00	0,00	0,04	4	12,4	4,2	0,14
	255	Печень по-строгановски	100	32,86	8,57	6,55	3,24	113,04	0,12	5,26	3,38	3,21	15,33	162,51	10,66	3,34
	306	Гороховое пюре	150,00	6,69	15,25	5,57	36,13	258,29	0,5		0,02	0,43	67,27	169,29	65,34	5,21
		Хлеб пшеничный	40	3,00	3,04	0,32	19,44	95,20	0,04			0,04	8	26	5,6	0,44
	342	Компот из свежих ягод	200.	11,69	0,16	0,16	27,87	108,96	0,01	1,6	0	0,16	4	3,2	0,8	0,4
		Итого:		57,00	18,45	6,05	83,44	583,49	0,55	1,60	0,02	0,63	79,27	198,49	71,74	6,05
24.11		Кукуруза консерв порц	30	5,24	0,75	13,71	3,84	19,89	0	1,37	0,00	0,00	1,71	13,7	0	0,13
	301	Кнели из филе кур с маслом	80/5	34,66	13,31	28,25	7,25	307,62	0,07	0,14	1,57	0,11	0,47	39,12	133,57	23,54
	139	Капуста тушеная	150	10,69	4,13	8,24	19,70	166,25	0,06	33,90	0,17	4,34	109,65	80,51	41,37	1,61
		Хлеб пшеничный	40	3,00	3,04	0,32	19,44	95,20	0,04			0,04	8	26	5,6	0,44
	342	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3,41	0,26	0,06	15,22	59,02	0	2,8	0	0,01	2,8	1,54	0,84	0,04
		Итого:		57,00	21,49	50,58	65,45	647,98	0,17	38,21	1,74	4,50	122,63	160,87	181,38	25,76
25.11	398	Оладьи со сгущеным молоком	150/20	25,85	14,75	11,33	94,77	515,19	0,19	0,42	0,06	1,40	168,44	206,69	89,31	0,9
	342	Компот из свежих ягод	200.	11,69	0,16	0,16	27,87	108,96	0,01	1,6	0	0,16	4	3,2	0,8	0,4
		Фрукты -апельсин	шт	19,46	0,30	0,30	6,75	33,30	0,02	7,5	0	0,15	12	8,25	6,75	1,65
		Итого:		57,00	15,21	11,79	129,39	657,45	0,22	9,52	0,06	1,71	184,44	218,14	96,86	2,95
26.11	223	Запеканка из творог с молоком сгущ	150/20	42,31	25,97	20,34	35,44	429,88	0,09	0,55	0,12	0,66	281,37	357,13	38,41	0,92
	1	Бутерброд с маслом	30/10	8,75	2,38	16,74	14,74	221,00	0,04	0,00	0,08	0,23	10,8	25,5	4,2	0,37
		Хлеб пшеничный	35	2,53	2,66	0,28	17,01	83,30	0,04			0,04	8	26	5,6	0,44
	342	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3,41	0,26	0,06	15,22	59,02	0	2,8	0	0,01	2,8	1,54	0,84	0,04
		Итого:		57,00	31,27	37,42	82,41	793,20	0,17	3,35	0,20	0,94	302,97	410,17	49,05	1,77
27.11	259	Жаркое по-домашнему из филе кур	50/150	38,55	10,56	23,68	28,44	370,12	0,41	10,83	0,18	4,67	24,8	179,35	52,13	2,51
	45	Салат из свежей капусты	75	3,45	0,76	2,85	4,87	47,33	0,002	18,26	0,12	1,73	27,59	20,63	11,37	0,38
		Хлеб пшеничный	40	3,00	3,04	0,32	19,44	95,20	0,04			0,04	8	26	5,6	0,44
		Сок фруктовый в ассортименте	200.	12,00	1,00		18,20	76,00	0,02	4		16	18	10	18	0,4
		Итого:		57,00	15,36	26,85	70,95	588,65	0,472	33,09	0,30	22,44	78,39	235,98	87,1	3,73
Всего				285,00	101,78	132,69	431,64	3270,77	1,582	85,77	2,32	30,22	767,7	1223,65	486,13	40,26

Меню

для учащихся с ОВЗ школ п.г.т. Безенчук и Безенчукского района на период с
23.11.2020г. -24.11.2020г.



Дата	№ рецеп	Наименование	Выход, г	цена,руб	Пищевая ценность			Энергет.це нность	Витамины				Минеральные вещества			
					Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
23.11																
завтрак		Зеленый горош порц	20	2,76	0,62	0,04	1,3	8	0,02	2,00	0,00	0,04	4	124	4,2	0,14
	255	Печень по-строгановски	100	32,86	8,57	6,55	3,24	113,04	0,12	5,26	3,38	3,21	15,33	162,51	10,66	3,34
	306	Гороховое пюре	150,00	6,69	15,25	5,57	36,13	258,29	0,5		0,02	0,43	67,27	169,29	65,34	5,21
		Хлеб пшеничный	40	3,00	3,04	0,32	19,44	95,20	0,04			0,04	8	26	5,6	0,44
	342	Компот из свежих ягод	200.	11,69	0,16	0,16	27,87	108,96	0,01	1,6	0	0,16	4	3,2	0,8	0,4
		И т о г о завтрак:		57,00	18,45	6,05	83,44	583,49	0,55	1,60	0,02	0,63	79,27	198,49	71,74	6,05
обед	70	Помидоры свеж порционно	35	8,50	0,90	0,07	1,33	8,05	0,02	8,75	0,00	0,25	4,9	9,1	7	0,32
	96	Рассольник по-ленинградски со сметаной	250/10	13,41	2,85	7,73	21,73	171,58	0,125	9,44	0,39	0,31	31,75	88,13	33,94	1,19
	243	Гуляш из куриного филе	75/50	34,73	14,22	18,62	5,07	224,07	0,06	1,83	0,06	3,68	17,01	131,3	21,02	1,32
	312	Картофельное пюре	150,00	10,89	4,74	7,13	30,36	207,90	0,21	8,01	0,23	0,27	55,73	133,76	64,53	1,52
		Хлеб пшеничный	60	4,50	4,56	0,48	29,16	142,80	0,06	0,00	0,00	0,06	12	39	8,4	0,66
		Хлеб рж-пшеничный	30	2,25	2,19	0,39	10,00	75,60	0,07			0,56	14,8	71,2	22	1,08
	342	Компот из сухофруктов	200.	4,22	0,46	0,00	29,76	116,00	0,01	6	0,01	0,12	14,8	12	10,4	0,2
		И т о г о обед :		78,50	29,92	34,42	127,41	946,00	0,555	34,03	0,69	5,25	150,99	484,49	167,29	6,29
Всего за 23.11:				135,50	48,37	40,47	210,85	1529,49	1,105	35,63	0,71	5,88	230,26	682,98	239,03	12,34
24.11																
завтрак		Кукуруза консерв порц	30	5,24	0,75	13,71	3,84	19,89	0	1,37	0,00	0,00	1,71	13,7	0	0,13
	301	Кнели из филе кур с маслом	80/5	34,66	13,31	28,25	7,25	307,62	0,07	0,14	1,57	0,11	0,47	39,12	133,57	23,54
	139	Капуста тушеная	150	10,69	4,13	8,24	19,70	166,25	0,06	33,90	0,17	4,34	109,65	80,51	41,37	1,61
		Хлеб пшеничный	40	3,00	3,04	0,32	19,44	95,20	0,04			0,04	8	26	5,6	0,44
	342	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3,41	0,26	0,06	15,22	59,02	0	2,8	0	0,01	2,8	1,54	0,84	0,04
		И т о г о завтрак:		57,00	21,49	50,58	65,45	647,98	0,17	38,21	1,74	4,50	122,63	160,87	181,38	25,76
обед	102	Суп картофельный с горохом	250	7,62	6,33	5,63	24,15	174,73	0,29	12,94	0,34	0,33	37,25	108,75	42,88	2,51
	288	Бедро куриное отварное с соусом	150/30	54,82	39,60	36,65	4,82	425,99	0,2	5,70	0,12	0,81	57,56	342,93	41,36	2,97
	202	Макаронь отварные	150,00	5,90	7,80	6,69	46,38	276,90	0,09		0,03	1,22	5,69	53,42	10,37	1,14
		Хлеб пшеничный	60	4,50	4,56	0,48	29,16	142,80	0,06	0,00	0,00	0,06	12	39	8,4	
		Хлеб рж-пшеничный	30	2,25	2,19	0,39	10,00	75,60	0,07			0,56	14,8	71,2	22	1,08
	342	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3,41	0,26	0,06	15,22	59,02	0	2,8	0	0,01	2,8	1,54	0,84	0,04
		Итого обед:		78,50	60,74	49,90	129,73	1155,04	0,71	21,44	0,49	2,99	130,1	616,84	125,85	7,74
Всего за 24.11				135,50	82,23	100,48	195,18	1803,02	0,88	59,65	2,23	7,49	252,73	777,71	307,23	33,5

Меню

для учащихся с ОВЗ школ п.г.т. Безенчук и Безенчукского района на период с
25.11.2020г. -26.11.2020г.



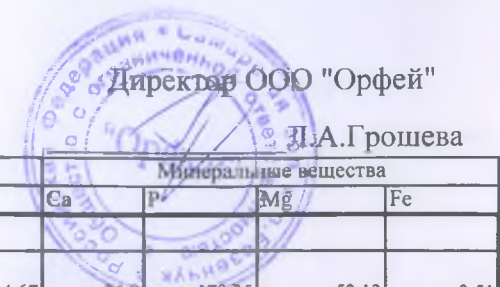
Директор ООО "Орфей"

Л.А.Грошева

Дата	№ рецеп	Наименование	Выход, г	цена, руб	Пищевая ценность			Энергет. ценность	Витамины				Минеральные вещества				
					Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
25.11																	
завтрак	398	Оладьи со сгущенным молоком	150/20	25,85	14,75	11,33	94,77	515,19	0,19	0,42	0,06	1,40	168,44	206,69	89,31	0,9	
	342	Компот из свежих ягод	200.	11,69	0,16	0,16	27,87	108,96	0,01	1,6	0	0,16	4	3,2	0,8	0,4	
		Фрукты -апельсин	шт	19,46	0,30	0,30	6,75	33,30	0,02	7,5	0	0,15	12	8,25	6,75	1,65	
		И т о г о завтрак:		57,00	15,21	11,79	129,39	657,45	0,22	9,52	0,06	1,71	184,44	218,14	96,86	2,95	
обед	45	Салат из свежей капусты	100	4,82	0,81	3,04	5,19	50,49	0,02	19,47	0,12	1,39	22,07	16,51	9,1	0,3	
	88	Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	9,61	2,50	7,61	11,88	126,10	0,08	26,87	0,35	0,32	53,88	66,81	27,56	1	
	229	Рыба(минтай)тушеная в томате с овощами	50/50	40,87	11,38	6,90	4,42	120,74	0,16	1,14	0,27	2,92	14,57	95,1	20,05	0,57	
	312	Картофельное пюре	180,00	13,04	5,69	8,57	36,43	249,48	0,25	9,61	0,27	0,32	66,87	160,51	77,44	1,82	
		Хлеб пшеничный	60	4,50	4,56	0,48	29,16	142,80	0,06	0,00	0,00	0,06	12	39	8,4	0,66	
		Хлеб рж-пшеничный	30	2,25	2,19	0,39	10,00	75,60	0,07			0,56	14,8	71,2	22	1,08	
	342	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3,41	0,26	0,06	15,22	59,02	0	2,8	0	0,01	2,8	1,54	0,84	0,04	
		И т о г о обед:		78,50	27,39	27,05	112,30	824,23	0,64	59,89	1,01	5,58	186,99	450,67	165,39	5,47	
		ВСЕГО ЗА 25.11		135,50	42,60	38,84	241,69	1481,68	0,86	69,41	1,07	7,29	371,43	668,81	262,25	8,42	
26.11	223	Запеканка из творог с молоком сгущ	150/20	42,31	25,97	20,34	35,44	429,88	0,09	0,55	0,12	0,66	281,37	357,13	38,41	0,92	
завтрак	1	Бутерброд с маслом	30/10	8,75	2,38	16,74	14,74	221,00	0,04	0,00	0,08	0,23	10,8	25,5	4,2	0,37	
		Хлеб пшеничный	35	2,53	2,66	0,28	17,01	83,30	0,04			0,04	8	26	5,6	0,44	
	342	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3,41	0,26	0,06	15,22	59,02	0	2,8	0	0,01	2,8	1,54	0,84	0,04	
		И т о г о завтрак:		57,00	31,27	37,42	82,41	793,20	0,17	3,35	0,20	0,94	302,97	410,17	49,05	1,77	
обед	73	Икра кабачковая	50	5,23	1,88	6,81	9,98	107,84	0,03	13,39	0,05	3,19	31,93	49,37	26,31	1,46	
	101	Суп картоф с рисом	250	6,56	2,00	2,30	17,18	99,23	0,09	14,85	0,28	0,18	14,3	63,05	24,95	0,88	
	278	Тефтели из говядины	75/50	34,65	4,30	10,78	11,39	158,03	0,04	2,59	0,01	3,51	16,19	30,65	31,1	0,36	
	312	Гречневая каша с маслом	180	13,31	9,93	10,67	48,76	335,94	0,24	0,00	0,13	0,04	0,74	18,03	156,8	5,27	
		Хлеб пшеничный	60	4,50	4,56	0,48	29,16	142,80	0,06	0,00	0,00	0,06	12	39	8,4	0,66	
		Хлеб рж-пшеничный	30	2,25	2,19	0,39	10,00	75,60	0,07			0,56	14,8	71,2	22	1,08	
		Сок фруктовый в ассортименте	200.	12,00	1,00		18,20	76,00	0,02	4		16	18	10	18	0,4	
		Итого обед		78,50	25,86	31,43	144,67	995,44	0,55	34,83	0,47	23,54	107,96	281,3	287,56	10,11	
		ВСЕГО ЗА 26.11		135,50	57,13	68,85	227,08	1788,64	0,72	38,18	0,67	24,48	410,93	691,47	336,61	11,88	

Меню

для учащихся с ОВЗ школ п.г.т. Безенчук и Безенчукского района на 27.11.2020г



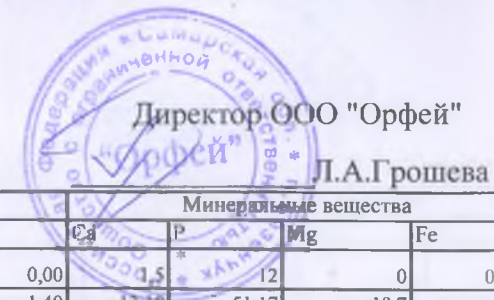
Дата	№ рецеп	Наименование	Выход, г	цена,руб	Пищевая ценность			Энергет. ценность	Витамины				Минеральные вещества					
					Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe		
27.11																		
завтрак	259	Жаркое по-домашнему из филе кур	50/150	38,55	10,56	23,68	28,44	370,12	0,41	10,83	0,18	4,67	24,8	179,35	52,13	2,51		
	45	Салат из свежей капусты	75	3,45	0,76	2,85	4,87	47,33	0,002	18,26	0,12	1,73	27,59	20,63	11,37	0,38		
		Хлеб пшеничный	40	3,00	3,04	0,32	19,44	95,20	0,04			0,04	8	26	5,6	0,44		
		Сок фруктовый в ассортименте	200.	12,00	1,00		18,20	76,00	0,02	4		16	18	10	18	0,4		
		Итого завтрак:		57,00	15,36	26,85	70,95	588,65	0,472	33,09	0,30	22,44	78,39	235,98	87,1	3,73		
обед		Кукуруза консерв порц	30	4,62	0,66	0,12	3,36	17,40	0	1,20	0,00	0,00	1,5	12	0	0,12		
	102	Суп картофельный с вермишельк	200	5,25	2,42	2,70	18,16	108,35	0,08	10,35	0,25	1,40	13,18	51,17	18,7	0,8		
	265	Котлета из куриного филе с маслом	100/5	35,56	14,77	14,35	15,93	212,48	0,08	1,48	0,03	3,03	13,4	113,73	15,27	1,16		
	143	Овощное рагу	150	14,63	4,41	21,81	19,52	312,54	0,12	19,40	0,81	5,72	81,22	113,99	46,65	1,65		
		Хлеб пшеничный	60	4,50	4,56	0,48	29,16	142,80	0,06	0,00	0,00	0,06	12	39	8,4	0,66		
		Хлеб рж-пшеничный	30	2,25	2,19	0,39	10,00	75,60	0,07			0,56	14,8	71,2	22	1,08		
	342	Компот из свежих ягод	200.	11,69	0,16	0,16	27,87	108,96	0,01	1,6	0	0,16	4	3,2	0,8	0,4		
	Итого обед:		78,50	28,51	39,89	120,64	960,73	0,42	34,03	1,09	10,93	138,6	392,29	111,82	5,75			
	ВСЕГО ЗА 27.11		135,50	43,87	66,74	709,29	1549,38	1,04	67,12	1,39	33,37	216,99	628,27	198,92	9,48			

Меню для групп продленного дня
 для учащихся школ п.г.т. Безенчук и Безенчукского района на период с 23.11.2020г. -
 26.11.2020г.


 Директор ООО "Орфей"
 Л.А.Грошева

Дата	№ рецеп	Наименование	Выход, г	цена,руб	Пищевая ценность			Энергет.це нность	Витамины				Минеральные вещества			
					Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
23.11	96	Рассольник по-ленинградски со сметаной	250/10	13,41	2,85	7,73	21,73	171,58	0,125	9,44	0,39	0,31	31,75	88,13	33,94	1,19
	243	Гуляш из куриного филе	75/50	34,73	14,22	18,62	5,07	224,07	0,06	1,83	0,06	3,68	17,01	131,3	21,02	1,32
	312	Картофельное пюре	150,00	10,89	4,74	7,13	30,36	207,90	0,21	8,01	0,23	0,27	55,73	133,76	64,53	1,52
		Хлеб пшеничный	60	4,50	4,56	0,48	29,16	142,80	0,06	0,00	0,00	0,06	12	39	8,4	0,66
		Хлеб рж-пшеничный	30	2,25	2,19	0,39	10,00	75,60	0,07			0,56	14,8	71,2	22	1,08
	342	Компот из сухофруктов	200.	4,22	0,46	0,00	29,76	116,00	0,01	6	0,01	0,12	14,8	12	10,4	0,2
		Итого:		70,00	11,95	8,00	99,28	937,95	0,35	14,01	0,24	1,01	97,33	255,96	105,33	3,46
24.11	102	Суп картофельный с горохом	250	7,62	6,33	5,63	24,15	174,73	0,29	12,94	0,34	0,33	37,25	108,75	42,88	2,51
	288	Бедро куриное отварное с соусом	125/30	46,32	39,60	36,65	4,82	425,99	0,2	5,70	0,12	0,81	57,56	342,93	41,36	2,97
	202	Макароны отварные	150,00	5,90	7,80	6,69	46,38	276,90	0,09		0,03	1,22	5,69	53,42	10,37	1,14
		Хлеб пшеничный	60	4,50	4,56	0,48	29,16	142,80	0,06	0,00	0,00	0,06	12	39	8,4	0,66
		Хлеб рж-пшеничный	30	2,25	2,19	0,39	10,00	75,60	0,07			0,56	14,8	71,2	22	1,08
	342	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3,41	0,26	0,06	15,22	59,02	0	2,8	0	0,01	2,8	1,54	0,84	0,04
		Итого обед:		70,00	60,74	49,90	129,73	1155,04	0,71	21,44	0,49	2,99	130,1	616,84	125,85	8,4
25.11	45	Салат из свежей капусты	100	4,82	0,81	3,04	5,19	50,49	0,02	19,47	0,12	1,39	22,07	16,51	9,1	0,3
	88	Щи из свежей капусты со сметаной	200/10	6,91	2,50	7,61	11,88	126,10	0,08	26,87	0,35	0,32	53,88	66,81	27,56	1
	229	Рыба(минтай)тушеная в томате с овощами	50/50	40,87	11,38	6,90	4,42	120,74	0,16	1,14	0,27	2,92	14,57	95,1	20,05	0,57
	312	Картофельное пюре	100,00	7,24	5,69	8,57	36,43	249,48	0,25	9,61	0,27	0,32	66,87	160,51	77,44	1,82
		Хлеб пшеничный	60	4,50	4,56	0,48	29,16	142,80	0,06	0,00	0,00	0,06	12	39	8,4	0,66
		Хлеб рж-пшеничный	30	2,25	2,19	0,39	10,00	75,60	0,07			0,56	14,8	71,2	22	1,08
	342	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3,41	0,26	0,06	15,22	59,02	0	2,8	0	0,01	2,8	1,54	0,84	0,04
		Итого завтрак:		70,00	27,39	27,05	112,30	824,23	0,64	59,89	1,01	5,58	186,99	450,67	165,39	5,47
26.11	73	Икра кабачковая	25	2,65	1,88	6,81	9,98	107,84	0,03	13,39	0,05	3,19	31,93	49,37	26,31	1,46
	101	Суп картоф с рисом	250	6,56	2,00	2,30	17,18	99,23	0,09	14,85	0,28	0,18	14,3	63,05	24,95	0,88
	278	Тефтели из говядины	75/50	34,65	4,30	10,78	11,39	158,03	0,04	2,59	0,01	3,51	16,19	30,65	31,1	0,36
	312	Гречневая каша с маслом	100	7,39	9,93	10,67	48,76	335,94	0,24	0,00	0,13	0,04	0,74	18,03	156,8	5,27
		Хлеб пшеничный	60	4,50	4,56	0,48	29,16	142,80	0,06	0,00	0,00	0,06	12	39	8,4	
		Хлеб рж-пшеничный	30	2,25	2,19	0,39	10,00	75,60	0,07			0,56	14,8	71,2	22	1,08
		Сок фруктовый в ассортименте	200.	12,00	1,00		18,20	76,00	0,02	4		16	18	10	18	0,4
		Итого:		70,00	25,86	31,43	144,67	995,44	0,55	34,83	0,47	23,54	107,96	281,3	287,56	9,45

Меню для групп продленного дня
 для учащихся школ п.г.т. Безенчук и Безенчукского района на 27.11.2020г



Дата	№ рецеп	Наименование	Выход, г	цена, руб	Пищевая ценность			Энергет. ценность	Витамины				Минеральные вещества			
					Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
27.11		Кукуруза консерв порц	25	3,62	0,66	0,12	3,36	17,40	0	1,20	0,00	0,00	12	0	0,12	
	102	Суп картофельный с вермишельк	200	5,25	2,42	2,70	18,16	108,35	0,08	10,35	0,25	1,40	13,18	51,17	18,7	0,8
	265	Котлета из куриного филе с маслом	75/5	28,06	14,77	14,35	15,93	212,48	0,08	1,48	0,03	3,03	13,4	113,73	15,27	1,16
	143	Овощное рагу	150	14,63	4,41	21,81	19,52	312,54	0,12	19,40	0,81	5,72	81,22	113,99	46,65	1,65
		Хлеб пшеничный	60	4,50	4,56	0,48	29,16	142,80	0,06	0,00	0,00	0,06	12	39	8,4	0,66
		Хлеб рж-пшеничный	30	2,25	2,19	0,39	10,00	75,60	0,07			0,56	14,8	71,2	22	1,08
	342	Компот из свежих ягод	200	11,69	0,16	0,16	27,87	108,96	0,01	1,6	0	0,16	4	3,2	0,8	0,4
		Итого обед:		70,00	28,51	39,89	120,64	960,73	0,42	34,03	1,09	10,93	138,6	392,29	111,82	5,75