

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «Хэлифуд»



ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ НА 2023 УЧЕБНЫЙ ГОД ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С 5 ПО 11 КЛАССЫ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ АКТАНЫШСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН ЗИМНИЙ ПЕРИОД (2-ОЙ ЗАВТРАК)

№ рецептуры	Наименования блюд	выход	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	Калори-йность	Витамин В1 мг	Витами-н С,мг	Витами-н А мг	Витами-н Е мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
1-ая неделя														
1 день														
№ 75/2017	Икра кабачковая	100	2	9	8,6	122	0,02	7	0,92	0	41	67	35	7
№ 266 / 2017	Биштекс рубленый	80	8,320	7,15	0,0	200	0,04	0,00	0,00	1,343	11,01	127,02	6,00	1,100
№ 173 / 2017	Каша вязкая (гречневая) с маслом	200/5	8,9	12,03	45,55	227	0,39	0,00	0,00	0,62	49,8	204,7	59,44	1,47
ТТК № 13	Чай полусладкий с молоком	200	1,63	1,25	7,18	46	0,04	1,33	0,16	0,00	136,6	92,8	5,4	0,11
№ 1 / 2017	Хлеб Пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	118,25	0,055	0,00	0,00	0,55	10,00	32,5	7,00	0,55
№ 1 / 2017	Хлеб Ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,5	0,3	13,5	66	0,021	0,00	0,00	0,162	4,14	19,08	4,5	0,558
	ИТОГО		21,272	19,996	69,39	581	0,448	14,76	0,16	2,533	217,024	433,443	65,618	3,171
2 день														
№ 338/2017	Флоды и ягоды свежие(яблоки)	100	0,4	0,4	7,35	47	0,03	8,00	0,00	0,100	16,00	11,00	9,00	0,030
52/2017	Салат из отварной свеклы	100	1,42	6,08	19,3	93,33	0,018	6,67	0	2,7	35,5	141	20,9	0,33
№ 88/ 2017	Щи из свежей капусты с картофелем с фрикадельками со сметаной	250/20/5	6,37	10,06	8,26	157,04	0,06	21,16	0,00	2,1	60,89	47,63	23	1,28
ТТК № 1	Чай полусладкий	200	0,2	0,00	5,06	21,04	0,00	0,00	0,100	0,00	5,05	8,25	4,4	0,84
№ 1 / 2017	Хлеб Пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	118,25	0,055	0,00	0,00	0,55	10,00	32,5	7,00	0,55
№ 1 / 2017	Хлеб Ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,5	0,3	13,5	66	0,021	0,00	0,00	0,162	4,14	19,08	4,5	0,558
	ИТОГО		19,64	23,59	74,63	577,67	0,293	15,326	0,2	2,604	205	387,531	55,444	1,443
3 день														
№ 25/2004	Салат «Степной»	100	2,15	8,27	11,9	130,5	0,17	17,3	0,00	0,1	40,4	78,3	23,4	1,02
№ 256 / 2017	Мясо тушеное	75/50	13,12	13,79	3,98	245,00	0,17	4,9	0,00	0,363	83,51	215,174	37,7	1,79