



Бекітемін/Утверждаю

Руководитель КГУ «СОПШЭН №36»

Ахмадова З.Д. Ахмадова З.Д.

С 1 ПО 4 КЛ

ТТК	Наименование блюда	Масса порции, гр	Пищевые вещества, гр			Энергети	Стоимость
			Ж	Б	У		
2 НЕДЕЛЯ							
1 день							
437	Плов из курицы	200	20,2	13,7	19,3	313,6	
5	Чай с сахаром	200	0,1	0,3	24,9	101,2	
х/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	0,7	2,2	15,9	78,4	
	итого за день		21	16,2	60,1	493,2	315 тнг
2 день							
9а	Котлета мясная	80/20	19,2	16,5	25,6	341,1	
523	макароны отварные	100	0,5	0,6	8,1	38,9	
591	чай с лимоном	200	0,1	0,1	18,8	76,4	
	Мед порционный	10	0,8	0	80,3	328	
х/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	0,7	2,2	15,9	78,4	
	итого за день		21,3	19,4	148,7	862,8	315 тнг
3 день							
200	котлета куриная	80/20	4,5	5,5	17,4	131,4	
52	Гречка рассыпчатая	100	22,05	15,2	18,93	299,28	
367	кисель	200	0	0,1	2,3	9,9	
х/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	0,7	2,2	15,9	78,4	
	итого за день		27,25	23	54,53	518,98	315 тнг
4 день							
391	тефтели мясные	80/20	11,2	15,6	11	207,1	
357	вермишель	100	5,6	2,2	14,5	117,5	
639	Компот из сухофруктов	200	0	0,6	13,7	57,1	
х/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	0,7	2,2	15,9	78,4	
	итого за день		17,5	20,6	55,1	460,1	315 тнг
5 день							
102	курица в сметанном соусе	80/20	4,0	0,3	1,8	44,7	
291	рис отварной	100	6,7	19,5	2,4	148,1	
628	Чай черный с сахаром	200	0,1	0,3	24,9	101,2	
х/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	0,7	2,2	15,9	78,4	315 тнг
	итого за день		11,5	22,3	45	372,4	
	итого за 5 дней		87,05	101,5	363,43	2707,48	
	итого средняя за день		17,41	20,30	72,69	541,50	



Бекітемін/Утверждаю

Руководитель КГУ «СОПШЭН №36»

Ахмадова З.Д.
Ахмадова З.Д.

С 1 ПО 4 КЛ

ТТК	Наименование блюда	порций ,гр	Пищевые вещества,гр			Энергетическая ценность,ккал	Стоимост ь
			Ж	Б	У		
1 НЕДЕЛЯ							
1 день							
443	Вермишель	100	53,7	54,6	34,2	838,9	
	Биточки мясные	80/20	4,4	3,1	13,2	104,7	
пром	Чай с сахаром	200	0,2	1,4	20,8	90,6	
х/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	0,7	2,2	15,9	78,4	
	итого за день		59	61,3	84,1	1112,6 315тнг	
2 день							
473	Плов из курицы	200	20,2	13,7	19,3	313,6	
	чай с лимоном	200	0,1	0,1	18,8	76,4	
х/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	0,7	2,2	15,9	78,4	
	итого за день		21	16	54	468,4 315 тнг	
3 день							
461	Тефтели мясные с соусом	80/20	40,7	2,9	4,4	395,6	
7	гречка рассыпчатая	100	4,4	3,1	13,2	104,7	
	Мед порционный	10	7,8	8,4	41	268,2	
591	Кисель плодово-ягодный	200	0,1	0,1	18,8	76,4	
х/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	0,7	2,2	15,9	78,4	
	итого за день		53,7	16,7	93,3	923,3 315 тнг	
4 день							
4	Котлета домашняя с соусом	80/20	16,1	16,6	18,5	284,8	
538	макароны	100	4,4	3,1	13,2	104,7	
686	Чай с сахаром	200	0,1	0,3	15,3	62,7	
х/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	0,7	2,2	15,9	78,4	
	итого за день		21,3	22,2	62,9	530,6 315тнг	
5 день							
291	Курица в соусе	80/20	6,7	19,5	2,4	148,1	
693	рис припущенный	100	3,1	3,8	24,9	142,9	
х/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	0,7	2,2	15,9	78,4	
9	чай с лимоном	200	0,4	0,4	9,8	47	
	итого за день		10,9	25,9	53	416,4 315 тнг	
	итого за 5 дней		165,9	142,1	347,3	3451,3	
	итого средняя за день		33,18	28,42	69,46	690,26	