

Примерное 2-х недельное цикличное меню АТП №3 с 5-11 кл. за родительские ср-ва

Первая неделя

понедельник-1

Абонемент платного питания №3

№ сб-ка рецептур	Пищев.в-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг-ды				
138/1996	7,73	5,67	36,90	232	Суп картофельный с бобовыми с гречками 200/20	220	108,00
260/06	9,58	25,37	2,60	278	Гуляш 45/45	90	
273, 469/1996	5,33	4,89	35,59	212	Макароны отварные	150	
376	0,07	0,02	15,00	60	Чай с сахаром 200/15	215	
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Батон витаминизированный	50	
покупное/	1,65	0,30	8,35	44	Хлеб ржаной	25	
покупное	2,95	6,50	26,00	176	Лимончик слойка	50	
	31,26	43,25	148,59	1120	Итого	800	

41%

вторник-1

Абонемент платного питания №3

№ сб-ка рецептур	Пищев.в-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг-ды				
129/1996	1,95	5,80	13,73	109	Рассольник ленинградский со сметаной 200/5	205	108,00
297/2015	8,71	9,41	6,88	148	Фрикадельки из кур с соусом сметанно-томатным 60/30	90	
472/1996	3,24	5,56	22,00	152	Картофельное пюре	150	
376	0,07	0,02	15,00	60	Чай с сахаром 200/15	215	
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Батон витаминизированный	50	
покупное/	1,65	0,30	8,35	44	Хлеб ржаной	25	
покупное/	4,79	14,08	29,76	240	Круассан с начинкой со сгущенным вареным молоком	55	
	24,36	35,67	119,67	871	Итого	790	

32%

среда-1

Абонемент платного питания №3

№ сб-ка рецептур	Пищев.в-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг-ды				
110/1996	1,71	5,62	10,84	94	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 200/5	205	108,00
291/2015	12,67	7,40	27,34	227	Плов из птицы	150	
376	0,07	0,02	15,00	60	Чай с сахаром 200/15	215	
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Батон витаминизированный	50	
покупное/	1,65	0,30	8,35	44	Хлеб ржаной	25	
покупное	9,30	27,90	37,60	437	Шаньга с картошкой	100	
	29,35	41,74	123,28	980	Итого	745	

36%

четверг-1

Абонемент платного питания №3

№ сб-ка рецептур	Пищев.в-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг-ды				
113/2017	4,39	6,29	9,34	119	Суп-лапша домашняя с птицей 200/10	210	108,00
263/2015	10,01	25,77	14,74	324	Рагу из свинины	150	
376	0,07	0,02	15,00	60	Чай с сахаром 200/15	215	
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Батон витаминизированный	50	
покупное/	1,65	0,30	8,35	44	Хлеб ржаной	25	
покупное/	7,30	13,30	51,50	353	Свердловская слойка	100	
	27,37	46,18	123,08	1018	Итого	750	

37%

пятница-1

Абонемент платного питания №3

№ сб-ка рецептур	Пищев.в-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг-ды				
120/1996	1,63	5,64	7,63	82	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 200/5	205	108,00
444/1996	20,78	24,57	2,73	222	Птица, тушёная в томатном соусе 80/30	110	
257, табл. 4/271	7,22	12,60	35,38	272	Каша гречневая рассыпчатая	150	
376	0,07	0,02	15,00	60	Чай с сахаром 200/15	215	
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Батон витаминизированный	50	
покупное/	1,65	0,30	8,35	44	Хлеб ржаной	25	
покупное/	5,95	17,71	36,26	309	Круассан с шоколадной начинкой	70	
	41,25	61,34	129,50	1107	Итого	825	

41%

37%



Вторая неделя

понедельник-2

Абонемент платного питания №3

№ сб-ка рецептур	Пищев.в-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг-ды				
138/1996	7,73	5,67	36,90	232	Суп картофельный с бобовыми с гречками 200/20	220	108,00
280/2015	8,84	11,00	9,85	177	Фрикадельки мясные в сметанно-томатном соусе 60/30	90	
273, 469/1996	5,33	4,89	35,59	212	Макароны отварные	150	
376	0,07	0,02	15,00	60	Чай с сахаром 200/15	215	
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Батон витаминизированный	50	
покупное/	1,65	0,30	8,35	44	Хлеб ржаной	25	
покупное	2,95	6,50	26,00	176	Лимончик слойка	50	
	30,52	28,88	155,84	1019	Итого	800	

37%

вторник-2

Абонемент платного питания №3

№ сб-ка рецептур	Пищев.в-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг-ды				
110/1996	1,71	5,62	10,84	94	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 200/5	205	108,00
309/1996	8,55	4,63	4,05	92	Горбуша, тушеная в томате с овощами 45/45	90	
472/1996	3,24	5,56	22,00	152	Картофельное пюре	150	
376	0,07	0,02	15,00	60	Чай с сахаром 200/15	215	
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Батон витаминизированный	50	
покупное/	1,65	0,30	8,35	44	Хлеб ржаной	25	
покупное/	4,79	14,08	29,76	240	Круассан с начинкой со сгущенным вареным молоком	55	
	23,96	30,71	114,15	800	Итого	790	

29%

среда-2

Абонемент платного питания №3

№ сб-ка рецептур	Пищев.в-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг-ды				
132/1996	1,61	5,69	9,12	88	Суп из овощей со сметаной 200/5	205	108,00
294/2015	9,91	12,12	11,62	195	Котлеты рубленые из птицы с соусом сметанным 60/30	90	
205/2015	5,17	5,99	28,52	188	Макароны отварные с овощами	150	
376	0,07	0,02	15,00	60	Чай с сахаром 200/15	215	
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Батон витаминизированный	50	
покупное/	1,65	0,30	8,35	44	Хлеб ржаной	25	
покупное	9,30	27,90	37,60	437	Шаньга с картошкой	100	
	31,66	52,52	134,36	1130	Итого	835	

48%

четверг-2

Абонемент платного питания №3

№ сб-ка рецептур	Пищев.в-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг-ды				
129/1996	1,95	5,80	13,73	109	Рассольник ленинградский со сметаной 200/5	205	108,00
520/1997	10,25	13,21	9,75	199	Котлета особая из кур с соусом сметанно-томатным 60/30	90	
257, табл. 4/271	7,22	12,60	35,38	272	Каша гречневая рассыпчатая	150	
376	0,07	0,02	15,00	60	Чай с сахаром 200/15	215	
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Батон витаминизированный	50	
покупное/	1,65	0,30	8,35	44	Хлеб ржаной	25	
покупное/	7,30	13,30	51,50	353	Свердловская слойка	100	
	32,39	45,73	157,86	1155	Итого	835	

42%

пятница-2

Абонемент платного питания №3

№ сб-ка рецептур	Пищев.в-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход	Цена, руб.
	Белки	Жиры	Уг-ды				
113/2017	4,39	6,29	9,34	119	Суп-лапша домашняя с птицей 200/10	210	108,00
265/2015	12,62	28,17	25,89	408	Плов	150	
376	0,07	0,02	15,00	60	Чай с сахаром 200/15	215	
покупное/	3,95	0,50	24,15	118	Батон витаминизированный	50	
покупное/	1,65	0,30	8,35	44	Хлеб ржаной	25	
покупное/	5,95	17,71	36,26	309	Круассан с шоколадной начинкой	70	
	28,83	52,99	118,99	1058	Итого	720	

39%

39%