



Перспективное сезонное (зима-весна) блюдо для организации питания школьников в общеобразовательных организациях Щербактинского района на 2019-2020 учебный год

1 неделя, 1-й день

Наименование блюда	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Каша молочная рисовая	100	130	150	рис	20	25	30
				молоко	80	90	100
				Соль йодированная	0,4	0,4	0,4
				сахар	5	5	5
				Масло сливочное	3	3	3
Булочки слобные	50	65	70	Мука пшеничная	30	28	27
				молоко	4	5	6
				Соль йодированная	1	2	2
				Яйцо	4	6	8
чай	200	200	200	чай	1	1	1
				Сахар	20	20	20
				вода	175	175	175
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Суп с крупой	200/25	230/25	250/25	Крупа гречневая	20	23	25
				морковь	11	13	14
				Лук репчатый	9	10	11
				Масло растительное	4	5	5
				бульон	200	230	250
				говядина	54	54	54
				Соль йодированная	1	1	1
				Картофель	25	30	35

1 неделя, 2-й день

Наименование блюда	Выход блюда, г			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет		7-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Салат из овощей	60	80	100	Капуста белокочанная	55	70	75
				морковь	18	24	30
				Масло растительное	12	14	15
Куры отварные	80	90	100	Курица	165	186	208
				Лук репчатый	8	11	12
Гарнир: Рис отварной	100	130	150	рис	36	47	55
				Масло сливочное	4	5	5
				Бульон	130	138	143
кисель	200	200	200	кисель	200	200	200
Печенье	30	40	45	Печенье	30	40	45
Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40	Хлеб ржано-пшеничный	20	35	40
Суп лапша домашняя	200/25	230/25	250/25	Мука пшеничная обогащенная	16	18	20
				Яйца	5	6	7
				Вода	3	3	3
				Соль йодированная	0,4	0,4	0,4
				Лук репчатый	9	10	11
				Масло сливочное	4	5	5
				Картофель	25	30	35