



Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 12 до 18 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор



Утверждаю:

Директор ООО "Комбинат питания"

Н.А.Мундашева



1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>								
Бутерброд с сыром	50		6,1	8,7	14,8	162	3	2017
Каша "Дружба"	200		8,6	11,1	33,5	281	356	2022
Плоды свежие	100		0,4	0,4	9,8	44	338	2017
Кофейный напиток злаковый на молоке	200		3,0	1,8	26,0	124	774	2022
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>138,85</b>	<b>18,1</b>	<b>22,0</b>	<b>84,1</b>	<b>611</b>		

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 12 до 18 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор

*Кадровикова Б.С.*



Утверждаю:

Директор ООО "Комбинат питания"

*Н.А. Мундашева*



2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>								
Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашенная капуста; вареные морковь или свекла)	100		5,0	0,3	13,8	72	т.24	1996
Плов из птицы	200		16,4	19,9	34,8	354	291	2017
Чай с сахаром	200		0,2	0,0	10,0	40	782	2022
Хлеб из муки пшеничной	50		3,3	1,0	22,0	110	23	2022
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>138,85</b>	<b>24,9</b>	<b>21,2</b>	<b>80,6</b>	<b>576</b>		

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 12 до 18 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор

*И.А. Мундашева*



Утверждаю:

Директор ООО "Комбинат питания"

Н.А. Мундашева



3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>								
Вареники (из полуфабриката промышленного производства) с творогом с соусом молочным	250		25,3	16,6	49,9	400	395	2017
Чай фруктовый	200		0,2	0,0	10,2	43	783	2022
Кондитерское изделие	50		6,3	6,8	23,3	152		
Хлеб из муки пшеничной	50		3,3	1,0	22,0	110	23	2022
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>138,85</b>	<b>35,1</b>	<b>24,4</b>	<b>105,4</b>	<b>705</b>		

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 12 до 18 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор

*Н.А. Мундашева*



Утверждаю:

Директор ООО "Комбинат питания"

*Н.А. Мундашева*



4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>								
Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашенная капуста; вареные морковь или свекла)	100		5,0	0,3	13,8	72	т.24	1996
Котлеты, биточки, шницели (из говядины)	100		13,7	16,4	13,1	256	268	2017
Бобовые отварные	180		16,9	8,3	40,2	306	306	2017
Чай каркаде с сахаром	200		0,2	0,0	15,0	58	ТТК 23А	
Хлеб из муки пшеничной	30		2,1	0,6	13,2	66	23	2022
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>610</b>	<b>138,85</b>	<b>37,9</b>	<b>25,6</b>	<b>95,3</b>	<b>758</b>		

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 12 до 18 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор



Утверждаю:

Директор ООО "Комбинат питания"

Н.А.Мундашева



5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>								
Бутерброд с маслом	40		4,5	7,5	14,9	136	1	2017
Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	210		10,8	11,7	37,1	284	181	2017
Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	44	338	2017
Кофейный напиток злаковый на молоке	200		3,0	1,8	26,0	124	774	2022
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>138,85</b>	<b>18,7</b>	<b>21,4</b>	<b>87,8</b>	<b>588</b>		

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 12 до 18 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор



Утверждаю:

Директор, ООО "Комбинат питания"

Н.А.Мундашева



6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>								
Пельмени мясные отварные со сметаной	200		16,8	18,6	35,3	376	392	2017
Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	44	338	2017
Чай с лимоном	200		0,1	0,0	15,2	62	377	2017
Хлеб из муки пшеничной	50		3,3	1,0	22,0	110	23	2022
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>138,85</b>	<b>20,6</b>	<b>20,0</b>	<b>82,3</b>	<b>592</b>		

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 12 до 18 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор



Утверждаю:

Директор ООО "Комбинат питания"

Н.А.Мундашева

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>								
Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашенная капуста; вареные морковь или свекла)	100		5,0	0,3	13,8	72	т.24	1996
Котлеты или биточки рыбные любительские	100		13,3	12,5	4,8	196	467	2022
Картофель отварной	180		4,3	7,0	35,0	211	310	2017
Чай каркаде с сахаром	200		0,2	0,0	15,0	58	ТТК 23А	
Хлеб из муки пшеничной	30		2,1	0,6	13,2	66	23	2022
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>610</b>	<b>138,85</b>	<b>24,9</b>	<b>20,4</b>	<b>81,8</b>	<b>603</b>		

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 12 до 18 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор

Утверждаю:

Директор ООО "Комбинат питания"

Н.А.Мундашева

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>								
Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашенная капуста; вареные морковь или свекла)	100		5,0	0,3	13,8	72	т.24	1996
Шницель рубленый куриный	100		13,0	12,4	16,2	210	622	2022
Рис с овощами	180		4,2	5,3	40,2	216	665	2022
Чай с сахаром	200		0,2	0,0	10,0	40	782	2022
Хлеб из муки пшеничной	30		2,1	0,6	13,2	66	23	2022
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>610</b>	<b>138,85</b>	<b>24,5</b>	<b>18,6</b>	<b>93,4</b>	<b>604</b>		

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 12 до 18 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

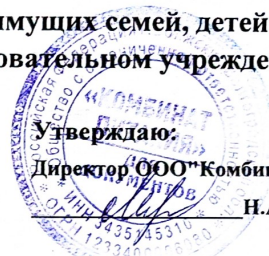
Директор



Утверждаю:

Директор ООО "Комбинат питания"

Н.А.Мундашева



9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>								
Бутерброд с повидлом	55		4,4	5,9	27,8	156	2	2017
Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным	200		9,1	10,3	32,5	208	182	2017
Плоды свежие	100		1,5	0,5	21,0	96	338	2017
Кофейный напиток злаковый на молоке	200		3,0	1,8	26,0	124	774	2022
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>555</b>	<b>138,85</b>	<b>18,0</b>	<b>18,5</b>	<b>107,3</b>	<b>584</b>		

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 12 до 18 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

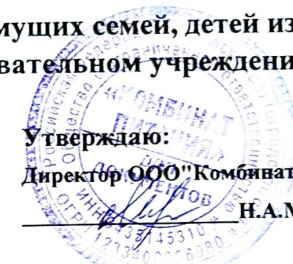
Директор



Утверждаю:

Директор ООО "Комбинат питания"

Н.А.Мундашева



10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>								
Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашенная капуста; вареные морковь или свекла)	100		5,0	0,3	13,8	72	т.24	1996
Тефтели (2 вариант) из говядины с соусом сметанным с томатом	90		10,0	14,1	21,6	223	279/331	2017
Каша вязкая гречневая	180		5,6	6,0	24,7	203	303	2017
Чай с сахаром	200		0,2	0,0	10,0	40	782	2022
Хлеб из муки пшеничной	30		2,1	0,6	13,2	66	23	2022
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>600</b>	<b>138,85</b>	<b>22,9</b>	<b>21,0</b>	<b>83,3</b>	<b>604</b>		

**Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 12 до 18 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении**

**ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ**

<b>Итого</b>	<b>Белки, г</b>	<b>Жиры, г</b>	<b>Углеводы, г</b>	<b>Энергетическая ценность, ккал</b>
<b>Итого за период</b>	<b>245,60</b>	<b>213,10</b>	<b>901,30</b>	<b>6 225,00</b>
<b>Среднее значение за период</b>	<b>23,4</b>	<b>21,2</b>	<b>90,5</b>	<b>610</b>
<b>Соотношение пищевых веществ</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	

Согласно СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (п.2,8) изготовление продукции производится по технологическим документам, в том числе технологической карте, технико-технологической карте, технологической инструкции, разработанным и утвержденным руководителем организации или уполномоченным им лицом. Наименование блюд и кулинарных изделий, указанных в меню, соответствуют их наименованиям, указанным в технологических документах, составленными на основе действующих Сборников рецептур:

Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапшиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2017. - 544с.

Сборник рецептур и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций / Под ред. Заместителя Президента Российской академии образования Академика РАН профессора Г.Г.Онищенко и научного руководителя ФГБУН "ФИЦ Питания, биотехнологии и безопасности пищи" Академика РАН В.А.Тутельяна, Москва 2022-698 с.

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Под ред. Ф.Л.Марчука - М. Хлебпродинформ, 1996- 620 с

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий диетического питания/ Под ред. В.Т.Лапшиной - М. Хлебпродинформ, 2002 - 632с.