

Утверждено
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
/Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 и 12-18 лет

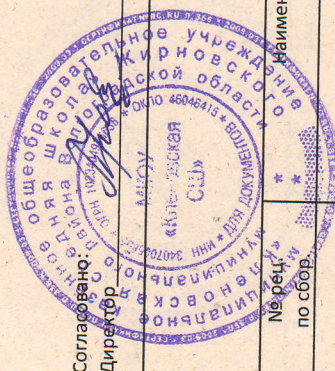
№ рецептурного документа	Наименование блюда	вес блюда		Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность			
				Б		Ж		У					
				7-11 лет 1-4класс	12-18 лет 5-11класс	7-11 лет 1-4класс	12-18 лет 5-11класс	7-11 лет 1-4класс	12-18 лет 5-11класс	7-11 лет 1-4класс	12-18 лет 5-11класс	ккал	г/100г
2		7-11 лет 1-4класс	12-18 лет 5-11класс										

Неделя 2/ день 6

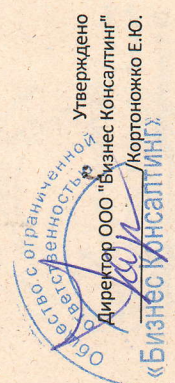
Завтрак												
101/2004л	икра кабачковая консервированная	60	80	0,976	1,301	0,96	1,28	6,16	8,21	62,4	83,2	
ТК77-2/2022 - 331/2017м	Котлета куриная из п/ф с соусом сметанным с томатом	100/20	100/20	11,28	11,28	12,55	12,55	6,70	6,70	184,87	184,87	
203/2017м	макароны отварные с маслом	150,0	180,0	5,73	6,87	6,07	7,28	31,98	38,37	205,50	246,60	
54-2гн/2022н	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,2	0	0	10,38	10,38	42,32	42,32	
701/2010м	Хлеб пшеничный	30	50	2,37	3,95	0,3	0,5	14,49	24,15	70,14	116,9	
	Итого	560	620	20,556	23,601	19,88	21,61	69,71	87,81	565,23	673,89	
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680	

обед ОБЗ

обед ОБЗ												
24/2017м	Овощи по сезону в нарезке (помидоры и огурцы)	60	100	0,6	1	3,64	6,07	2,07	3,45	42,42	70,7	
54-25с/2022н	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	250	3,39	4,23	3,6	4,5	10,84	13,55	89,32	111,65	
289/2017м	Рагу с птицей	200	250	14,35	17,93	15,39	19,24	19,62	24,52	274,39	342,96	
342/2017м	Компот из свежих фруктов	200	200	0,16	0,16	0,16	0,16	27,88	27,88	114,6	114,6	
701/2010м	Хлеб пшеничный	40	40	3,16	3,16	0,4	0,4	19,32	19,32	93,52	93,52	
702/2010м	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	2,8	2,8	0,55	0,55	24,7	24,7	114,95	114,95	
	Всего	750	890	24,46	29,28	23,74	30,92	104,43	113,42	729,20	848,38	
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	700	800	23,1-26,95	27-31,5	23,7-26,95	27-32,2	100,5-117,25	114,9-134,05	705-822,5	816-952	



Согласовано:
Директор



Утверждено
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 и 12-18 лет

№ рецеп. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда		Пищевые вещества/г/					Энергет. ценность	
		7-11 лет 4класс	12-18 лет 5-11класс	7-11 лет 4класс	12-18 лет 5-11класс	7-11 лет 4класс	12-18 лет 5-11класс	7-11 лет 4класс	12-18 лет 5-11класс	ккал
1	2									

Неделя 2/ день 7

70/71/2017м	овощи по сезону в нарезке (огурец)	60	100	0,48	0,8	0,06	0,1	1,02	1,7	6	10
ТТК 77-3/2022-331/2017м	Котлеты домашние из п/ф с соусом сметанным с томатом	100/20	100/20	8,32	8,32	13,15	13,15	7,17	7,17	180,62	180,62
171/2017м	каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	180	9,30	9,96	6,30	7,56	36,00	43,20	238,70	280,44
701/2010м	Хлеб пшеничный	30	50	2,37	3,95	0,3	0,5	14,49	24,15	70,14	116,9
54-3гн/2022н	Чай с лимоном и сахаром	200	200	0,3	0,3	0	0	10,58	10,58	43,52	43,52
	Итого	560	650	20,77	23,331	19,81	21,31	69,26	86,8	538,98	631,48
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680

Завтрак

101/2004л	икра кабачковая консервированная	60	80	0,976	1,301	0,96	1,28	6,16	8,21	62,4	83,2
54-7с/2022н	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	250	5,1	6,45	5,78	7,22	18,5	23,12	146,42	183,02
229/2017м	Рыба тушеная с овощами	90	100	12,7	14,11	8,9	9,88	6,3	7,5	156,1	175,36
171/2017м	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	150	180	3,7	4,43	4,8	5,86	36,5	43,8	203,5	244,2
342/2017м	Компот из свежих фруктов	200	200	0,16	0,16	0,16	0,16	27,88	27,88	114,6	114,6
701/2010 м	Хлеб пшеничный	30	30	2,43	2,43	0,3	0,3	14,64	14,64	72,6	72,6
702/2010м	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	1,9	1,9	0,34	0,34	13,05	13,05	65,7	65,7
	Итого	760	870	26,966	30,781	21,24	25,04	123,03	138,2	821,32	938,68
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	700	800	23,1-26,95	27-31,5	23,7-26,95	27-32,2	100,5-117,25	114,9-134,05	705-822,5	816-952

обед ОБЗ