

1 День

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Цена руб
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
Обед							
101/20027м	Консервы закусовые (икра кабачковая)	20	0,27	0,26	1,7	17,33	10
458/2002г	Гречка по купечески с мясом	200	14,2	16,3	32,55	333,7	47
701/2017 м	Хлеб пшеничный	40	3,24	0,4	19,52	94,64	3
54-3гн/2022н	Чай с лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	10
	Итого	460,0	18,0	17,0	64,4	489,2	70,00

2 день

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Цена руб
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
Обед							
70/71/2017м	Овощи по сезону в нарезке (огурец)	20	0,16	0,02	0,38	2,4	10
295/332/2017м	Котлеты куриные с соусом сметанным с луком	90	10,18	11,33	7,07	147,85	35
203/2017м	Макароны отварные с маслом	150	5,4	4,9	32,8	196,8	12
54-3гн/2022н	Чай с лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	10
701/2010 м	Хлеб пшеничный	40	3,24	0,4	19,52	94,64	3
	Итого	490	19,28	16,65	70,35	485,21	70,00

3 день

№ рец. по сбор	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Цена руб
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
Обед							
279/331/2017м	Тефтели с рисом запеченные в соусе	100	11,9	14,4	7,89	208,76	41
171/2017м	Каша рассыпчатая гречневая с маслом	150	5,09	8,3	36	239,06	15
54-45гн/2022н	Чай Каркаде с сахаром	200	0,16	0,08	7,18	30,08	10
701/2010 м	Хлеб пшеничный	40	3,24	0,4	19,52	94,64	4
	Итого	450	20,39	23,18	70,59	572,54	70,00

4 день

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Цена руб
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
Обед							
52/2017м	Свекла отварная с растительным маслом	20	0,29	1,2	1,65	18,56	10
291/2017м	Плов из птицы	200	18,54	22,5	28,66	391,3	47
54-45гн/2022н	Чай Каркаде с сахаром	200	0,16	0,08	7,18	30,08	10
701/2010м	Хлеб пшеничный	40	3,24	0,4	19,52	94,64	3
	Итого	460	22,23	24,18	57,01	534,58	70,00

5 день

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Цена руб
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
Обед							
246/2017м	Гуляш из отварного мяса	90	9,19	11,48	5,6	162,48	40
128/2017м	Картофельное пюре	150	3,2	5,2	19,8	139,4	17
54-3гн/2022н	Чай с лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	10
701/2010 м	Хлеб пшеничный	40	3,24	0,4	19,52	94,64	3
	Итого	480	15,93	17,08	55,50	440,04	70,00

6 день

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Цена руб
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
Обед							
70/71/2017м	Овощи по сезону в нарезке (помидор)	20	0,16	0,02	0,38	2,4	10
295/332/2017м	Котлеты куриные с соусом сметанным с луком	90	10,18	11,33	7,07	147,85	35
203/2017м	Макароны отварные с маслом	150	5,4	4,9	32,8	196,8	12
54-45гн/2022н	Чай Каркаде с сахаром	200	0,16	0,08	7,18	30,08	10
701/2010 м	Хлеб пшеничный	40	3,24	0,4	19,52	94,64	3
	Итого	390	8,80	5,38	59,50	321,52	70,00

7 день

№ рец.	по сбор.	1	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность	Цена руб
					Б	Ж	У	5	6	7		
		1	2	3	4	5	6	7				
Обед												
					14,35	15,39	30,65					
	289/2017м		Рагу с птицей	200				318,51			57	
	54-Згн/2022н		Чай с лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52			10	
	701/2010 м		Хлеб пшеничный	40	3,24	0,4	19,52	94,64			3	
			Итого	440,0	17,9	15,8	60,8	456,7			70,00	

№ рец.	по сбор.	Наименование блюд	Выход	8 день						Энергет. ценность	Цена руб
				Пищевые вещества/г/							
				Б	Ж	У	Б	Ж	У		
	1	2	3	4	5	6	7				
Обед											
101/2004л		Консервы закусочные (Икра кабачковая)	20	0,27	0,26	1,7	17,33	10			
458/2002г		Гречка по купечески с мясом	200	14,2	16,3	32,55	333,7	47			
54-45гн/2022н		Чай Каркаде с сахаром	200	0,16	0,08	7,18	30,08	10			
701/2010 м		Хлеб пшеничный	40	3,24	0,4	19,52	94,64	3			
		Итого	460	18	17	61	476	70			

9 день

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Цена руб
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
Обед							
271/2017м/ 54-3с/2022н	Котлеты домашние с соусом	120	13,51	8,91	9,74	198,00	41
171/2017м	Каша рассыпчатая гречневая с маслом	150	5,09	8,3	36	239,06	15
54-3гн/2022н	Чай с лимоном	200	0,3	0	10,58	43,52	10
701/2010м	Хлеб пшеничный	40	3,24	0,4	19,52	94,64	4
	Итого	510	22,14	17,61	75,84	575,22	70,00

10 день

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Цена руб
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	
Обед							
52/2017м	Свекла отварная с растительным маслом	20	0,29	1,2	1,65	18,56	10
291/2017м	Плов из птицы	200	18,54	22,5	28,66	391,3	47
54-45гн/2022н	Чай Каркаде с сахаром	200	0,16	0,08	7,18	30,08	10
701/2010м	Хлеб пшеничный	40	3,24	0,4	19,52	94,64	3
	Итого	520	22,230	24,180	57,010	534,580	70,00

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

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций Сборник технических нормативов. ФГФУ НЦЗД Минздрава России, НИИ ГиОЗДиП / под редакцией член-корр. РАН, д.м.н., профессора В.Р. Кучмы - М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2016. - 560 с.

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2011. - 544с.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор



Куртоножко ЕЮ

СОГЛАСОВАНО:



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся детей из семей участников СВО

Меню составлено на основании:

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

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций Сборник технических нормативов. ФГБУ НИЦЗД Минздрава России, НИИ ГиОЗДиП / под редакцией член-корр. РАН, д.м.н., профессора В.Р. Кучмы - М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2016. - 560 с.

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2011. - 544с.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А.