



УТВЕРЖДАЮ ДИРЕКТОР
ООО "ПРОФИТАНИЕ"

ТИТОВА Е.П.

СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР
МОУ "Средняя школа № 8 имени Н.Г. Варламова"

Чемпыкова Л.В.

Чемпыкова Л.В.

Примерное 10-ти дневное меню по организации горячего питания обучающихся 1-4 класс

№ раск сб рец	ВЫХОД	НАИМЕНОВАНИЕ	К/КАЛ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВ
		ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК				
		НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ				
		ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 7-11 ЛЕТ				
		ЗАВТРАК				
54-6к-2020/2021	250	Каша вязкая молочная пшеничная	340	10,38	10,75	46,87
54-2гн-2020/2021	200	Чай с сахаром	26,800	0,200		6,500
ПР	50	Кондитерское изделие (печенье без крема)	129,100	6,000	6,500	22,500
		ИТОГО	495,90	16,58	17,25	75,87
500						
		ДЕНЬ: ВТОРНИК				
		НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ				
		ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 7-11 ЛЕТ				
		ЗАВТРАК				
54-1т-2020/2021	150/20	Запеканка из творога с молоком сгущенным	347,33	13,65	15,98	42,63
54-2гн-2020/2021	200	Чай с сахаром	26,800	0,200		6,500
ПР	30	Батон	78,600	2,250	0,870	15,420
338/2011	100	Фрукты (яблоко)	47,00	0,40	0,40	9,80
		ИТОГО	499,73	16,50	17,25	74,35
500						

		ДЕНЬ:СРЕДА							
		НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ							
		ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ:7-11 ЛЕТ							
		ЗАВТРАК							
54-23м-2020/2021	50	Биточек из курицы	168,06	8,28	10,03	17,84			
54-1г-2020/2021	150	Макароны отварные	202,00	5,30	5,50	28,70			
54-3соус-2020/2021	50	Соус красный основной	36,55	1,65	1,35	4,45			
54-2гн-2020/2021	200	Чай с сахаром	26,800	0,200		6,500			
ПР	50	Батон	131,000	3,750	1,450	25,700			
		ИТОГО	564,41	19,18	18,33	83,19			
	500								
		ДЕНЬ:ЧЕТВЕРГ							
		НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ							
		ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ:7-11 ЛЕТ							
		ЗАВТРАК							
260/2011	100	Гуляш	187,60	12,35	11,34	16,52			
54-4г-2020/2021	150	Каша гречневая рассыпчатая	238,900	2,700	5,900	30,900			
54-2гн-2020/2021	200	Чай с сахаром	26,800	0,200		6,500			
ПР	50	Батон	131,000	3,750	1,450	25,700			
		ИТОГО	584,30	19,00	18,69	79,62			
	500								

		ДЕНЬ:ПЯТНИЦА							
		НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ							
		ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ:7-11 ЛЕТ							
		ЗАВТРАК							
54-3г-2020/2021	170/30	Макароны отварные с сыром	364,44	13,55	15,30	46,13			
54-2гн-2020/2021	200	Чай с сахаром	26,800	0,200		6,500			

ПР	20	Батон		52,400	1,500	0,580	10,280
338/2011	100	Фрукты (яблоки)		47,00	0,40	0,40	9,80
	520		ИТОГО	490,64	15,65	16,28	72,71
		ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК					
		НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ					
		ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 7-11 ЛЕТ					
		ЗАВТРАК					
174/2011	250	Каша вязкая молочная из риса		367,50	11,20	11,06	42,19
3/2011	20/40	Бутерброд с сыром		177,6	7,64	7,76	20,36
54-2гн-2020/2021	200	Чай с сахаром		26,800	0,200		6,500
	510		ИТОГО	571,90	19,04	18,82	69,05

		ДЕНЬ: ВТОРНИК					
		НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ					
		ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 7-11 ЛЕТ					
		ЗАВТРАК					
54-1т-2020/2021	150/20	Запеканка из творога с молоком сгущенным		347,33	13,65	15,98	42,63
54-2гн-2020/2021	200	Чай с сахаром		26,800	0,200		6,500
ПР	30	Батон		78,600	2,250	0,870	15,420
338/2011	100	Фрукты (яблоко)		47,00	0,40	0,40	9,80
	500		ИТОГО	499,73	16,50	17,25	74,35
		ДЕНЬ: СРЕДА					
		НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ					
		ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 7-11 ЛЕТ					
		ЗАВТРАК					
268/2011	50	Шницель из свинины		139,00	10,21	10,47	12,10
54-6г-2020/2021	150	Рис отварной		208,70	3,60	5,40	26,40

54-3соус-2020/2021	50	Соус красный основной	36,55	1,65	1,35	4,45
54-2гн-2020/2021	200	Чай с сахаром	26,800	0,200		6,500
ПР	50	Батон	131,000	3,000	1,450	25,700
	500	ИТОГО	542,05	18,66	18,67	75,15

		ДЕНЬ:ЧЕТВЕРГ				
		НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ				
		ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ:7-11 ЛЕТ				
		ЗАВТРАК				
259/2011	175	Жаркое по-домашнему	383,00	15,30	17,50	46,58
54-2гн-2020/2021	200	Чай с сахаром	26,800	0,200		6,500
ПР	30	Батон	78,600	2,250	0,870	15,420
338/2011	100	Фрукты (апельсин)	43,00	0,90	0,20	8,10
	505	ИТОГО	531,40	18,65	18,57	76,60
		ДЕНЬ:ПЯТНИЦА				
		НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ				
		ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ:7-11 ЛЕТ				
		ЗАВТРАК				
54-3г-2020/2021	170/30	Макароны отварные с сыром	364,44	13,55	15,30	46,13
54-2гн-2020/2021	200	Чай с сахаром	26,800	0,200		6,500
ПР	20	Батон	52,400	1,500	0,580	10,280
338/2011	100	Фрукты (яблоки)	47,00	0,40	0,40	9,80
	520	ИТОГО	490,64	15,65	16,28	72,71
итого за 10 дней	5055,00	ИТОГО	5270,7	175,41	177,39	753,60
среднее знач. за 1 день	505,5	ИТОГО	527,0700	17,5410	17,7390	75,3600

Рекомендуемое меню разработано согласно сборника рецептов на продукцию для обучающихся во всех общеобразовательных учреждениях/Под редакцией М.П.Могильного и В.А. Тутельяна,2011год.

Рекомендуемое меню разработано согласно сборника рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций. Новосибирск -2021 год.

БУХГАЛТЕР:

