

Утверждаю

ИП Батракова О.В.



Согласовано



В. В. Мухоморова
в. в. Мухоморова

**12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки, обеды) обучающихся возрастной группы 7-11 лет
МОУ**

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1								
День 1								
Завтрак	Каша вязкая молочная рисовая №174	150	4,2	7,2	30,5	205,1	174	2011
	Сыр (порциями) №15	30	6,6	8,7	0,0	105,9	15	2011
	Чай с сахаром №376	200/15	0,1	0,0	14,8	59,3	376	2011
	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8		
Итого за прием пищи:			14,6	16,2	69,6	485,1		
Обед	Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0		
	Суп картофельный с горохом №102	200	4,6	4,4	15,2	117,8	102	2011
	Котлеты рубленые из птицы №294	80/5	13,0	17,4	12,2	256,5	294	2011
	Макаронные изделия отварные с маслом №203	150/7	5,5	5,7	33,3	206,4	203	2011
	Компот из смеси сухофруктов №349	200	0,0	0,0	19,4	77,4	349	2011
	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9		
	Хлеб пеклеванный	30	1,9	0,3	12,3	59,4		
Итого за прием пищи:			29,3	28,4	119,6	846,4		
Всего:			43,9	44,6	189,2	1 331,5		

Утверждаю

ИП Батракова О.В.



Согласовано



и Куйбышев
В.В. Валентина

**12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки, обеды) обучающихся возрастной группы 7-11 лет
МОУ**

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 День 2								
Завтрак	Плов из птицы	150	15,3	19,0	27,4	340,8	ТТК14	-----
	Чай с лимоном №377	200/7/15	0,2	0,0	15,0	61,6	377	2011
	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9		
Итого за прием пищи:			18,5	19,2	61,9	494,3		
Обед	Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0		
	Щи из свежей капусты с картофелем №88	200	1,5	4,0	7,4	72,2	88	2011
	Котлета рыбная (минтай) №388	80	10,9	7,3	12,8	159,9	388	2004
	Пюре картофельное или картофель отварной №128, 125	150	3,1	7,4	21,6	164,8	128, 125	2011
	Кисель из концентрата №648	200	0,1	0,0	30,7	126,5	648	2004
	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9		
	Хлеб пеклеванный	30	1,9	0,3	12,3	59,4		
Итого за прием пищи:			21,8	19,6	112,0	711,7		
Всего:			40,3	38,8	173,9	1 206,0		

Утверждаю

ИП Батракова О.В.



Согласовано



О.В. Батракова
В.В. Раутич

**12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки, обеды) обучающихся возрастной группы 7-11 лет
МОУ**

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1								
День 3								
Завтрак	Говядина с овощами №278К	150	15,8	26,2	20,2	380,5	278К	2016
	Чай с молоком №421К	200/10/40	1,3	1,0	11,8	61,3	421	2016
	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9		
	Фрукты свежие (яблоко) №338	150	0,6	0,6	14,3	68,4	338	2011
Итого за прием пищи:			20,7	28,0	65,8	602,1		
Обед	Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0		
	Борщ с капустой и картофелем №82	200	1,6	4,0	10,4	84,5	82	2011
	Рагу из птицы	150	12,7	14,6	13,9	237,8	ТТК16	----
	Компот из свежих плодов (яблок) №342	200	0,2	0,2	27,5	112,7	342	2011
	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8		
	Хлеб пеклеванный	50	3,1	0,5	20,5	99,0		
Итого за прием пищи:			22,6	20,0	104,3	685,8		
Всего:			43,3	48,0	170,1	1 287,9		

Утверждаю

ИП Батракова О.В.



Согласовано



и Куйбышев
Лаурин

**12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки, обеды) обучающихся возрастной группы 7-11 лет
МОУ**

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 День 4								
Завтрак	Котлеты, биточки, шницели рубленные №268	80	12,9	17,6	11,7	255,9	268	2011
	Макаронные изделия отварные с маслом №203	150/7	5,5	5,7	33,3	206,4	203	2011
	Чай с сахаром №376	200/15	0,1	0,0	14,8	59,3	376	2011
	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9		
Итого за прием пищи:			21,5	23,5	79,3	613,5		
Обед	Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0		
	Суп из овощей №135	200	1,5	3,0	8,9	68,3	135	2004
	Чахохбили	80	9,6	10,6	5,3	155,5	ТТК15	----
	Рис отварной №304	150	3,8	5,4	38,9	219,3	304	2011
	Компот из смеси сухофруктов №349	200	0,0	0,0	19,4	77,4	349	2011
	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9		
	Хлеб пеклеванный	30	1,9	0,3	12,3	59,4		
	Итого за прием пищи:			21,1	19,9	112,0	708,8	
Всего:			42,6	43,4	191,3	1 322,3		

Утверждаю

ИП Батракова О.В.



Согласовано



В.В. Лагутина
В.В. Лагутина

**12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки, обеды) обучающихся возрастной группы 7-11 лет
 МОУ**

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 День 5								
Завтрак	Котлета рыбная (минтай) №388	80	10,9	7,3	12,8	159,9	388	2004
	Рагу из овощей №224	150	2,6	10,4	13,5	158,3	224	2004
	Чай с лимоном №377	200/7/15	0,2	0,0	15,0	61,6	377	2011
	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8		
Итого за прием пищи:			17,4	18,0	65,6	494,6		
Обед	Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0		
	Щи из свежей капусты с картофелем №88	200	1,5	4,0	7,4	72,2	88	2011
	Плов из птицы	150	15,3	19,0	27,4	340,8	ТТК14	----
	Кисель из концентрата №648	200	0,1	0,0	30,7	126,5	648	2004
	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9		
	Хлеб пеклеванный	30	1,9	0,3	12,3	59,4		
Итого за прием пищи:			23,1	23,9	105,0	727,8		
Всего:			40,5	41,9	170,6	1 222,4		

Утверждаю

ИП Батракова О.В.



Согласовано



**12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки, обеды) обучающихся возрастной группы 7-11 лет
МОУ**

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1								
День 6								
Завтрак	Запеканка рисовая с творогом со сметаной	150/10	9,0	8,1	45,8	291,4	ТТК18	-----
	Кофейный напиток на молоке №692	200	2,3	1,3	25,9	123,5	692	2004
	Масло сливочное №96	5	0,0	3,5	0,1	32,1	96	2004
	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8		
Итого за прием пищи:			15,0	13,2	96,1	561,8		
Обед	Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0		
	Суп картофельный с горохом №102	200	4,6	4,4	15,2	117,8	102	2011
	Говядина с овощами №278К	150	15,8	26,2	20,2	380,5	278К	2016
	Напиток из плодов шиповника №388	200	0,7	0,3	20,2	98,1	388	2011
	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9		
	Хлеб пеклеванный	40	2,5	0,4	16,5	79,2		
Итого за прием пищи:			27,9	31,9	99,3	804,5		
Всего:			42,9	45,1	195,4	1 366,3		

Утверждаю

ИП Батракова О.В.



Согласовано



**12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки, обеды) обучающихся возрастной группы 7-11 лет
МОУ**

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 7								
Завтрак	Каша вязкая молочная из риса и пшена Дружба с маслом №175	150	4,1	4,9	26,0	165,5	175	2011
	Сыр (порциями) №15	30	6,6	8,7	0,0	105,9	15	2011
	Чай с молоком №421К	200/10/40	1,3	1,0	11,8	61,3	421	2016
	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8		
Итого за прием пищи:			15,7	14,9	62,1	447,5		
Обед	Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0		
	Суп картофельный с макаронными изделиями №103	200	2,3	2,2	16,1	94,0	103	2011
	Тефтели с рисом №307К	80	9,8	7,6	11,2	153,3	307	2016
	Пюре картофельное или картофель отварной №128, 125	150	3,1	7,4	21,6	164,8	128, 125	2011
	Компот из свежих плодов (яблок) №342	200	0,2	0,2	27,5	112,7	342	2011
	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9		
	Хлеб пеклеванный	30	1,9	0,3	12,3	59,4		
Итого за прием пищи:			21,6	18,3	115,9	713,1		
Всего:			37,3	33,2	178,0	1 160,6		

Утверждаю

ИП Батракова О.В.



Согласовано



*и Бурдасова
В.Д. Касуми*

**12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки, обеды) обучающихся возрастной группы 7-11 лет
МОУ**

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 8								
Завтрак	Фрикадельки мясные с соусом №280/330	80/30	12,5	17,0	13,5	256,5	280/330	2011
	Каша гречневая рассыпчатая №341К	150	6,1	4,8	27,8	178,2	341	2016
	Чай с лимоном №377	200/7/15	0,2	0,0	15,1	61,9	377	2011
	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8		
Итого за прием пищи:			22,5	22,1	80,7	611,4		
Обед	Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0		
	Борщ с капустой и картофелем №82	200	1,6	4,0	10,4	84,5	82	2011
	Птица, тушенная в соусе с овощами	150	12,7	16,9	10,8	246,9	ТТК17	----
	Компот из смеси сухофруктов №349	200	0,0	0,0	19,4	77,4	349	2011
	Хлеб пшеничный	60	4,4	0,4	29,2	137,8		
	Хлеб пеклеванный	50	3,1	0,5	20,5	99,0		
Итого за прием пищи:			23,2	22,2	98,0	682,6		
Всего:			45,7	44,3	178,7	1 294,0		

Утверждаю

ИП Батракова О.В.



**12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки, обеды) обучающихся возрастной группы 7-11 лет
МОУ**

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 9								
Завтрак	Тефтели с рисом №307К	80	9,8	7,6	11,2	153,3	307	2016
	Макаронные изделия отварные с маслом №203	150/7	5,5	5,7	33,3	206,4	203	2011
	Соус томатный 30г №363К	30	0,2	0,7	1,5	13,2	363	2016
	Чай с сахаром №376	200/15	0,1	0,0	14,8	59,3	376	2011
	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9		
Итого за прием пищи:			18,6	14,2	80,3	524,1		
Обед	Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0		
	Суп картофельный с горохом №102	200	4,6	4,4	15,2	117,8	102	2011
	Котлеты рубленые из птицы №294	80/5	13,0	17,4	12,2	256,5	294	2011
	Каша пшеничная рассыпчатая №302	150	6,2	4,2	38,6	217,2	302	2011
	Кисель из концентрата №648	200	0,1	0,0	30,7	126,5	648	2004
	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9		
	Хлеб пеклеванный	30	1,9	0,3	12,3	59,4		
Итого за прием пищи:			30,1	26,9	136,2	906,3		
Всего:			48,7	41,1	216,5	1 430,4		

Утверждаю

ИП Батракова О.В.



Согласовано



и Куйбышевский район
В.В. Лаутин

**12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки, обеды) обучающихся возрастной группы 7-11 лет
МОУ**

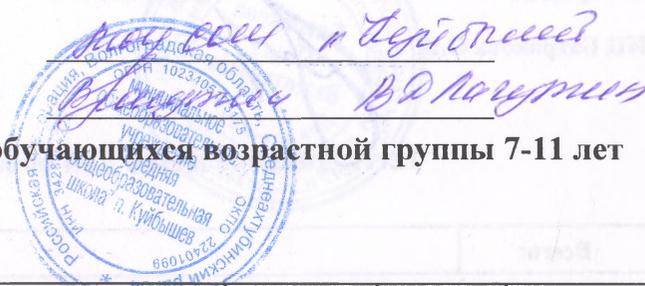
Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 10								
Завтрак	Котлета рыбная (минтай) №388	80	10,9	7,3	12,8	159,9	388	2004
	Рис отварной №304	150	3,8	5,4	38,9	219,3	304	2011
	Чай с молоком №421К	200/10/40	1,3	1,0	11,8	61,3	421	2016
	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9		
Итого за прием пищи:			19,0	13,9	83,0	532,4		
Обед	Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0		
	Щи из свежей капусты с картофелем №88	200	1,5	4,0	7,4	72,2	88	2011
	Рагу из птицы	150	12,7	14,6	13,9	237,8	ТТК16	-----
	Компот из свежих плодов (яблок) №342	200	0,2	0,2	27,5	112,7	342	2011
	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8		
	Хлеб пеклеванный	50	3,1	0,5	20,5	99,0		
Итого за прием пищи:			22,5	20,0	101,3	673,5		
Всего:			41,5	33,9	184,3	1 205,9		

Утверждаю

ИП Батракова О.В.



Согласовано



**12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки, обеды) обучающихся возрастной группы 7-11 лет
МОУ**

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 11								
Завтрак	Чахохбили	80	9,6	10,6	5,3	155,5	ТТК15	----
	Каша гречневая рассыпчатая №341К	150	6,1	4,8	27,8	178,2	341	2016
	Чай с лимоном №377	200/7/15	0,2	0,0	15,1	61,9	377	2011
	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8		
	Фрукты свежие (яблоко) №338	150	0,6	0,6	14,3	68,4	338	2011
Итого за прием пищи:			20,2	16,3	86,8	578,8		
Обед	Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0		
	Борщ с капустой и картофелем №82	200	1,6	4,0	10,4	84,5	82	2011
	Плов из птицы	150	15,3	19,0	27,4	340,8	ТТК14	----
	Напиток из плодов шиповника №388	200	0,7	0,3	20,2	98,1	388	2011
	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9		
	Хлеб пеклеванный	30	1,9	0,3	12,3	59,4		
Итого за прием пищи:			23,8	24,2	97,5	711,7		

Утверждаю

ИП Батракова О.В.



Согласовано



12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки, обеды) обучающихся возрастной группы 7-11 лет
МОУ

Всего:			44,0	40,5	184,3	1 290,5	
--------	--	--	------	------	-------	---------	--

№ п/п	Наименование блюда	Единица измерения	Количество	Цена за единицу	Сумма	Всего	Итого
1	Завтрак	порция	80	10,5	840	44,0	44,0
2	Обед	порция	150	10,5	1575	40,5	40,5
3	Завтрак	порция	200	10,5	2100	184,3	184,3
4	Обед	порция	130	10,5	1365	1 290,5	1 290,5
5	Завтрак	порция	80	10,5	840		
6	Обед	порция	150	10,5	1575		
7	Завтрак	порция	200	10,5	2100		
8	Обед	порция	130	10,5	1365		
9	Завтрак	порция	80	10,5	840		
10	Обед	порция	150	10,5	1575		
11	Завтрак	порция	200	10,5	2100		
12	Обед	порция	130	10,5	1365		
13	Завтрак	порция	80	10,5	840		
14	Обед	порция	150	10,5	1575		
15	Завтрак	порция	200	10,5	2100		
16	Обед	порция	130	10,5	1365		
17	Завтрак	порция	80	10,5	840		
18	Обед	порция	150	10,5	1575		
19	Завтрак	порция	200	10,5	2100		
20	Обед	порция	130	10,5	1365		
21	Завтрак	порция	80	10,5	840		
22	Обед	порция	150	10,5	1575		
23	Завтрак	порция	200	10,5	2100		
24	Обед	порция	130	10,5	1365		
25	Завтрак	порция	80	10,5	840		
26	Обед	порция	150	10,5	1575		
27	Завтрак	порция	200	10,5	2100		
28	Обед	порция	130	10,5	1365		
29	Завтрак	порция	80	10,5	840		
30	Обед	порция	150	10,5	1575		
31	Завтрак	порция	200	10,5	2100		
32	Обед	порция	130	10,5	1365		
33	Завтрак	порция	80	10,5	840		
34	Обед	порция	150	10,5	1575		
35	Завтрак	порция	200	10,5	2100		
36	Обед	порция	130	10,5	1365		
37	Завтрак	порция	80	10,5	840		
38	Обед	порция	150	10,5	1575		
39	Завтрак	порция	200	10,5	2100		
40	Обед	порция	130	10,5	1365		
41	Завтрак	порция	80	10,5	840		
42	Обед	порция	150	10,5	1575		
43	Завтрак	порция	200	10,5	2100		
44	Обед	порция	130	10,5	1365		
45	Завтрак	порция	80	10,5	840		
46	Обед	порция	150	10,5	1575		
47	Завтрак	порция	200	10,5	2100		
48	Обед	порция	130	10,5	1365		
49	Завтрак	порция	80	10,5	840		
50	Обед	порция	150	10,5	1575		
51	Завтрак	порция	200	10,5	2100		
52	Обед	порция	130	10,5	1365		
53	Завтрак	порция	80	10,5	840		
54	Обед	порция	150	10,5	1575		
55	Завтрак	порция	200	10,5	2100		
56	Обед	порция	130	10,5	1365		
57	Завтрак	порция	80	10,5	840		
58	Обед	порция	150	10,5	1575		
59	Завтрак	порция	200	10,5	2100		
60	Обед	порция	130	10,5	1365		
61	Завтрак	порция	80	10,5	840		
62	Обед	порция	150	10,5	1575		
63	Завтрак	порция	200	10,5	2100		
64	Обед	порция	130	10,5	1365		
65	Завтрак	порция	80	10,5	840		
66	Обед	порция	150	10,5	1575		
67	Завтрак	порция	200	10,5	2100		
68	Обед	порция	130	10,5	1365		
69	Завтрак	порция	80	10,5	840		
70	Обед	порция	150	10,5	1575		
71	Завтрак	порция	200	10,5	2100		
72	Обед	порция	130	10,5	1365		
73	Завтрак	порция	80	10,5	840		
74	Обед	порция	150	10,5	1575		
75	Завтрак	порция	200	10,5	2100		
76	Обед	порция	130	10,5	1365		
77	Завтрак	порция	80	10,5	840		
78	Обед	порция	150	10,5	1575		
79	Завтрак	порция	200	10,5	2100		
80	Обед	порция	130	10,5	1365		
81	Завтрак	порция	80	10,5	840		
82	Обед	порция	150	10,5	1575		
83	Завтрак	порция	200	10,5	2100		
84	Обед	порция	130	10,5	1365		
85	Завтрак	порция	80	10,5	840		
86	Обед	порция	150	10,5	1575		
87	Завтрак	порция	200	10,5	2100		
88	Обед	порция	130	10,5	1365		
89	Завтрак	порция	80	10,5	840		
90	Обед	порция	150	10,5	1575		
91	Завтрак	порция	200	10,5	2100		
92	Обед	порция	130	10,5	1365		
93	Завтрак	порция	80	10,5	840		
94	Обед	порция	150	10,5	1575		
95	Завтрак	порция	200	10,5	2100		
96	Обед	порция	130	10,5	1365		
97	Завтрак	порция	80	10,5	840		
98	Обед	порция	150	10,5	1575		
99	Завтрак	порция	200	10,5	2100		
100	Обед	порция	130	10,5	1365		

Утверждаю

ИП Батракова О.В.



Согласовано



**12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки, обеды) обучающихся возрастной группы 7-11 лет
МОУ**

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 12								
Завтрак	Птица, тушенная в соусе с овощами	150	12,7	16,9	10,8	246,9	ТТК17	----
	Кофейный напиток на молоке №692	200	2,3	1,3	25,9	123,5	692	2004
	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8		
Итого за прием пищи:			18,7	18,5	61,0	485,2		
Обед	Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	60	1,3	0,4	7,7	37,0		
	Суп картофельный с макаронными изделиями №103	200	2,3	2,2	16,1	94,0	103	2011
	Зразы рыбные рубленые №237	80/5	9,5	14,5	11,6	215,5	237	2011
	Рис припущенный с томатом №513	150	4,0	4,0	39,4	210,8	513	2004
	Компот из изюма №348	200	0,5	0,1	27,4	112,6	348	2011
	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	91,9		
	Хлеб пеклеванный	40	2,5	0,4	16,5	79,2		
Итого за прием пищи:			23,1	21,8	138,2	841,0		
Всего:			41,8	40,3	199,2	1 326,2		

Утверждаю

ИП Батракова О.В.



Согласовано



И. В. Батракова
вд

**12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки, обеды) обучающихся возрастной группы 7-11 лет
МОУ**

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ (ЗАВТРАКИ)

Итого	б	ж	уг	ккал
Итого за период	222,4	218,0	892,2	6 430,8
Среднее значение за период	18,5	18,2	74,4	535,9

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ (ОБЕДЫ)

Итого	б	ж	уг	ккал
Итого за период	290,1	277,1	1 339,3	9 013,2
Среднее значение за период	24,2	23,1	111,6	751,1

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	б	ж	уг	ккал
Итого за период	512,5	495,1	2 231,5	15 444,0
Среднее значение за период	42,7	41,3	186,0	1287,0

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А.

Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2011. - 544с.

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

Сборник рецептур 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.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с.

Скурихин И.М., Тутельян В.А.