Согласовано:
Директор МКОУ

Утверждаю:
Директор ООО Питание
_____/Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

8 день

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
			Завтрак			
6\2011 М	Масло порциями	10	0,4	8,3	0,06	77
174\2011 М	Каша вязкая молочная рисовая	200	5,6	9,6	40,66	273,47
338\2011 М	Фрукты свежие	150	2,25	0,75	12	142,5
685\2004 Л	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15	58
701\2010 (Сборник рецептур под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельмана)	Хлеб пшеничный	50	5,33	2,33	21,83	137,5
	Итого	**610**	**13,78**	**20,98**	**89,55**	**688,47**
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18,4-23	76,6-95,75	544-680
			Обед			
16\2004 Л или 70\2011М	Нарезка овощная (помидор свежий, огурец свежий, огурец соленый, помидор соленый)	100	1,20	0,00	3,80	14,0
103\2011 М	Суп картофельный с макаронными издериями	200	2,3	2,2	16,1	94
268\2011 М	Котлеты, биточки, шницеля рубленные	100	16	22	14,56	319,55
224\2004 Л	Рагу из овощей	180	3,3	12,2	16,1	190
342\2011 М	Компот из свежих плодов	200	0,1	0,2	27,5	112,7
701\2010 (Сборник рецептур под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельмана)	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	82,5
702\2010 (Сборник рецептур под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельмана)	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,9	0,3	12,3	59,4
	Итого	**840**	**28**	**38,3**	**103,46**	**872,15**
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	800	27-31,5	27,6-32,5	114,9-134,5	816-952
	Всего		**41,78**	**59,28**	**193,01**	**1560,62**
	Норма по СанПиНу ± 5%		**45--54**	**46-55,5**	**191,5-230,25**	**1360-1632**