



Перспективное меню

для детских оздоровительных лагерей с дневным пребыванием

Меню составлено на основании:

- Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапиной. - М.: Хлебродлиформ, 2004. - 640с.
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций: сборник технических нормативов. ФГУП НИИ Минсвязи России, НИИ ГИОЗДПИ/ 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. Мотыляго и В.А. Тутельни. - М.: Делта плюс, 2011. - 544с.
- Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания. Справочник. - М.: Делта принт, 2008. - 276с. Скорихин И.М., Тутельни В.А.

дневное меню для обеспечения двухразовым питанием возрастную группу 7-18 лет



Утверждено
Директор ООО "Питание" / Кургановская Е.Ю.

Финансовое меню для обеспечения завтраком дошкольной группы 7-11 лет

Цель:

| № п/п по сбору | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества/г | | | | | | Энергетическая ценность |
|-------------------|-------------------------------------------------|------------|--------------------|--------------|--------------|---|---|--|-------------------------|
| | | | Б | Ж | У | 6 | 7 | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| 18/2/2017 М | Каши овсяная молочная жидкая с сахаром и маслом | 210 | 9,04 | 13,44 | 40,6 | | | | 318 |
| 376/2017М | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15 | | | | 60 |
| 338/2017 М | Сырный десерт | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | | | | 44,00 |
| 201/2017 М | Хлеб пшеничный | 30 | 2,43 | 0,3 | 14,64 | | | | 72,6 |
| | Итого: | 540 | 11,94 | 14,16 | 80,04 | | | | 494,6 |
| | Норма завтрака по СанПин: 20% ± 5% | 500 | 15,4-19,25 | 15,8-19,75 | 67-83,75 | | | | 470-587,5 |

Обед

| | | | | | | | | | |
|--------------|--------------------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|--|--|--|---------------|
| 11/2017М | Огурец свежий | 60 | 0,35 | 0,05 | 0,95 | | | | 6 |
| 88/2017 М | Пшеница с сахаром и картофелем со сметаной | 200 | 1,84 | 5,04 | 8,24 | | | | 87,2 |
| 771/31/2017М | Котлета мясная домашняя с соусом | 100 | 8,17 | 12,28 | 8,85 | | | | 180 |
| 93/2017М | Макаронные изделия с маслом | 150 | 5,73 | 6,08 | 31,96 | | | | 205,5 |
| 392/2017М | Компот из сухофруктов | 200 | 0,6 | 0 | 31,4 | | | | 124 |
| 01/2010 М | Хлеб пшеничный | 20 | 2,45 | 0,42 | 9,73 | | | | 58,5 |
| 02/2010 М | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 1,9 | 0,34 | 13,05 | | | | 65,7 |
| | Итого: | 740 | 21,04 | 24,21 | 104,18 | | | | 736,9 |
| | Норма обеда по СанПин: 30% ± 5% | 700 | 23,1-26,95 | 23,7-26,95 | 100,5-117,25 | | | | 705-822,5 |
| | Всего | | 32,98 | 38,37 | 184,22 | | | | 1221,5 |
| | Норма по СанПин: ± 5% | | 38,5-46,2 | 39,5-47,4 | 167,5-201 | | | | 1175-1410 |



Утверждено
Директор ООО "Питание" / Кургановская Е.Ю.



Директор ООО "Питание"

И.И. Николаев

Целевые цены для обеспечения дополнительным питанием детей возрастной группы 7-11 лет
2 день.



| № п/п по сб/пр. | 2 | Питательное вещество | | | | | | Энергетическая ценность |
|--------------------|--------------------------------------------------|----------------------|--------------|---------------|----------------|---|--|-------------------------|
| | | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 182/2017М | Кефир молочный жирный пшеница с маслом и сахаром | 250 | 8,52 | 13,31 | 33,44 | | | 369,31 |
| 152/017М | Сыр порционный | 10 | 2,32 | 2,95 | 0,00 | | | 36,00 |
| 178/2017М | Чай с молоком | 200 | 1,58 | 1,35 | 15,9 | | | 81 |
| 701/2017 М | Хлеб пшеничный | 40 | 3,24 | 0,4 | 19,54 | | | 96,8 |
| | Итого | 500 | 15,66 | 18,01 | 88,88 | | | 583,11 |
| | Норма завтрака по СанПиН 20% ± 5% | 500 | 15,4-19,25 | 15,8-19,75 | 67,43-75 | | | 470-587,5 |
| Обед | | | | | | | | |
| 33/2011 М | Салата отварная с растительным маслом | 60 | 0,71 | 3,04 | 4,18 | | | 47,0 |
| 139/2004 Л | Суп картофельный с бобовыми (горох) | 200 | 4,48 | 4,96 | 17,84 | | | 133,6 |
| 489/2004 Л | Рис с птицей | 200 | 14,4 | 11,64 | 23,28 | | | 278,4 |
| 343/2011 М | Компот из свежих плодов | 200 | 0,1 | 0,2 | 27,5 | | | 112,7 |
| 701/2010 М | Хлеб пшеничный | 30 | 2,43 | 0,3 | 14,64 | | | 72,6 |
| 702/2010 М | Хлеб ржаной-пшеничный | 30 | 1,9 | 0,34 | 13,05 | | | 65,7 |
| | Итого | 720 | 24,02 | 20,48 | 100,49 | | | 710,0 |
| | Норма обеда по СанПиН 30% ± 5% | 700 | 23,1-26,95 | 23,7-26,95 | 100,5-117,25 | | | 705-822,5 |
| | Всего | 39,68 | 38,49 | 189,37 | 1293,66 | | | 1175-1410 |
| | Норма по СанПиН ± 8% | 38,5-40,2 | 39,5-47,4 | 167,5-201 | 1293,66 | | | 1175-1410 |



Директор ООД «Питание»
А.А. Козлов



Объем финансирования для обеспечения двухразовым питанием детей возрастной группы 7-11 лет
3 день

| № поел. по сбору | Наименование блюда | Выход | Планируемое количество | | | | | | Энергет. ценность |
|------------------|-----------------------------------------|------------|------------------------|--------------|--------------|---|---|---|-------------------|
| | | | Б | В | Ж | У | С | Д | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| 181/2017 М | Каша манная молочная с сахаром и маслом | 250 | 6,94 | 12,18 | 48,13 | | | | 330,68 |
| 18/2017М | Масло топленое | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | | | | 66,00 |
| 686/2004 Л | Чай с сахаром и лимоном | 205 | 0,13 | 0,02 | 15,2 | | | | 62 |
| 701/2017 М | Хлеб пшеничный | 40 | 3,25 | 1,86 | 17,47 | | | | 110 |
| | Итого | 505 | 10,99 | 21,31 | 80,93 | | | | 568,68 |
| | Норма завтрака по СанПиН 20% ± 5% | 500 | 15,4-19,25 | 15,8-19,75 | 67-83,25 | | | | 470-587,5 |

| № поел. по сбору | Наименование блюда | Выход | Планируемое количество | | | | | | Энергет. ценность |
|------------------|------------------------------------------|---------------|------------------------|----------------|----------------|---|---|---|-------------------|
| | | | Б | В | Ж | У | С | Д | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| 71/2017М | Огурцы свежие | 60 | 0,35 | 0,05 | 0,95 | | | | 6 |
| 103/2017 М | Суп картофельный с мясорезными изделиями | 200 | 2,2 | 2,2 | 16,1 | | | | 94 |
| 493/2004Л | Пшени тушеная с соевыми бобами | 100 | 8,697 | 8,133 | 2,834 | | | | 119 |
| 171/2017М | Каша рассыпчатая пшеничная | 180 | 5,92 | 6,50 | 34,71 | | | | 211,25 |
| 699/2004Л | Наттоко лимонный | 200 | 0,1 | 0 | 24,2 | | | | 93 |
| 201/2017 М | Хлеб пшеничный | 40 | 3,25 | 1,86 | 17,47 | | | | 110 |
| 202/2010 М | Хлеб ржаной-пшеничный | 30 | 0,34 | 1,305 | 13,05 | | | | 65,7 |
| | Итого | 760 | 22,917 | 19,083 | 109,316 | | | | 698,95 |
| | Норма обеда по СанПиН 30% ± 5% | 700 | 23,1-26,95 | 23,3-26,95 | 100,5-117,25 | | | | 705-822,5 |
| | Всего | 33,817 | 40,393 | 190,246 | | | | | 1267,63 |
| | Норма по СанПиН ± 5% | 38,5-46,2 | 39,5-47,4 | 167,5-201 | | | | | 1175-1410 |



Директор ООО "Волгоградский Детский Дом" *Ирина Александровна*

Ис-данные меню для обеспечения двухразовым питанием детей возрастной группы 7-11 лет
4 день.



| № рецепта | наименование блюда | Высота | Питательные вещества* | | | | Энергетическая ценность |
|------------|---------------------------------------|------------|-----------------------|--------------|--------------|--------------|-------------------------|
| | | | б | ж | у | к | |
| 160/2017М | Суп мясной с макаронными изделиями | 250 | 8,7 | 9,48 | 29,64 | 169,2 | |
| 382/2017М | Каша с молоком | 200 | 4,07 | 3,54 | 17,58 | 118,6 | |
| 142/2017М | Мясно-порridge | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,00 | |
| вт | Печенье | 30 | 4,35 | 16,95 | 15,6 | 117 | |
| 701/2010 М | Хлеб пшеничный | 30 | 2,43 | 0,3 | 14,64 | 72,6 | |
| | Итого | 520 | 19,63 | 37,52 | 77,59 | 426,4 | |
| | Норма завтрака по СанПиН 20% 25% в 5% | 500 | 15,4-19,25 | 15,8-19,75 | 67,83-75 | 470-587,5 | |

| ГК стр 6 (0 сб. р. - Лавина 2004 | наименование блюда | Высота | Питательные вещества* | | | | Энергетическая ценность |
|----------------------------------|------------------------------------|------------|-----------------------|------------------|------------------|------------------|-------------------------|
| | | | б | ж | у | к | |
| 200 | Зеленый горошек консервированный | 60 | 1,8 | 2,34 | 3,78 | 42,12 | |
| 200 | Суп картофельный с крутой (пшено) | 200 | 2,4 | 14,6 | 90,4 | 90,4 | |
| 247/2011 М | Рыба тушеная с овощами | 100 | 10,6 | 5,1 | 5,6 | 112 | |
| 171/2017М | Каша рисовая рассыпчатая с мясом | 130 | 3,07 | 6,31 | 31,85 | 226,87 | |
| 342/2011 М | Компот из свежих плодов | 200 | 0,1 | 0,2 | 27,5 | 112,7 | |
| 701/2010 М | Хлеб пшеничный | 30 | 2,43 | 0,3 | 14,64 | 72,6 | |
| 702/2010 М | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 1,9 | 0,34 | 13,05 | 65,7 | |
| | Итого | 750 | 21,9 | 16,99 | 111,1 | 722,4 | |
| | Норма обеда по СанПиН 30% 35% в 5% | 900 | 23,1-26,95 | 23,7-26,95 | 100,5-117,25 | 705-822,5 | |
| | Всего | | 41,51 | 54,51 | 188,65 | 1148,79 | |
| | Норма по СанПиНу ± 5% | | 38,5-46,2 | 39,5-47,4 | 167,5-201 | 1175-1410 | |



Утверждено:
Директор ООО "Литалит" / Корольков Е.Ю.

Питание меню для обеспечения дополнительным питанием детей возрастной группы 7-11 лет
5 день

| № рецептур по сбору | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества/г | | | | | | Энергетическая ценность |
|---------------------|-------------------------------------------------|------------|--------------------|-------------|--------------|---|---|--------------|-------------------------|
| | | | Б | Ж | У | В | С | Д | |
| | | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| 182/2017М | Каша овсяная молочная жидкая с сахаром и маслом | 220 | 7,31 | 10,98 | 49,18 | | | 3,75 | |
| 276/2017М | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15 | | | 60 | |
| 338/2017 М | Яблоки свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | | | 44,00 | |
| 701/2010 М | Хлеб пшеничный | 30 | 2,43 | 0,3 | 14,64 | | | 72,6 | |
| | Итого | 550 | 10,21 | 11,7 | 88,62 | | | 501,6 | |
| | Норма завтрака по СанПиН 20/09-25% ± 5% | 500 | 15,4-19,25 | 15,8-19,75 | 67-83,75 | | | 470-587,5 | |

| № рецептур по сбору | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества/г | | | | | | Энергетическая ценность |
|---------------------|------------------------------------------|---------------|--------------------|---------------|---------------|---|---|--------------|-------------------------|
| | | | Б | Ж | У | В | С | Д | |
| | | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | | |
| Обед | | | | | | | | | |
| 232/2017М | Нарезка овощная (огурец, помидор свежий) | 30730 | 0,05 | 0,05 | 3,04 | | | 7,2 | |
| 132/2004 Л | Рассольник лепишградский (перловая) | 200 | 2,7 | 8,6 | 16,38 | | | 135 | |
| 297331/2017М | Фрикадельки с соусом | 100 | 10,43 | 7,98 | 9,03 | | | 150,50 | |
| 203/2017М | Макаронные изделия с маслом | 150 | 5,73 | 6,08 | 31,96 | | | 205,5 | |
| 339/2017М | Компот из сухофруктов | 200 | 0,6 | 0 | 31,4 | | | 124 | |
| 701/2010 М | Хлеб пшеничный | 20 | 2,45 | 0,42 | 9,73 | | | 58,5 | |
| 702/2010 М | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 1,9 | 0,34 | 13,05 | | | 65,7 | |
| | Итого | 760 | 23,86 | 23,47 | 114,59 | | | 746,4 | |
| | Норма обеда по СанПиН 30/09-35% ± 5% | 700 | 23,1-26,95 | 23,7-26,95 | 100,5-117,25 | | | 705-822,5 | |
| | Всего | 34,074 | 35,17 | 203,21 | 1248 | | | | |
| | Норма по СанПиН ± 5% | 38,5-46,2 | 39,5-47,4 | 167,5-201 | 1175-1410 | | | | |



Утверждено:
Директор ООО "Литалит" / Корольков Е.Ю.



Директор ООО "Литвино" *[Signature]*
 М.И. Литвин



Целевое задание на обеспечение натуральным питанием детей возрастной группы 7-11 лет
 6 день

| № рец. по сбору | Наименование блюда | Выход | Питательные вещества | | | | | | Энергет. ценность |
|-----------------|-------------------------------------------------|--------------|----------------------|---------------|-----------------|---|---|---|-------------------|
| | | | Б | Ж | У | 5 | 6 | 7 | |
| Витамин | | | | | | | | | |
| 182-2017 М | Каша овсяная молочноя желтая с сахаром и маслом | 210 | 9,04 | 13,44 | 40,6 | | | | 318 |
| 378-2017 М | Чай с молоком | 200 | 1,35 | 15,9 | 81 | | | | 81 |
| 338-2017 М | Яблока свежие | 100 | 0,40 | 9,86 | 44,00 | | | | 44,00 |
| 701-2017 М | Хлеб пшеничный | 30 | 2,43 | 0,3 | 14,64 | | | | 72,6 |
| | Итого | 540 | 13,45 | 18,49 | 80,94 | | | | 515,6 |
| | Норма затрат по СанПиН | 500 | 15,4-19,25 | 15,8-19,75 | 67-83,75 | | | | 470-587,5 |
| Обез | | | | | | | | | |
| Т1-2017 М | Огурец свежий | 60 | 0,35 | 0,05 | 0,95 | | | | 6 |
| 335-2004 П | Суп овощной со сметаной | 250 | 6,9 | 2,6 | 12,8 | | | | 125,3 |
| 402-2004 | Пиво с маслом кур | 200 | 15,2 | 15,8 | 36,2 | | | | 348 |
| 342-2011 М | Компот из сладких плодов | 200 | 0,1 | 0,2 | 27,5 | | | | 112,7 |
| 701-2010 М | Хлеб пшеничный | 30 | 2,43 | 0,3 | 14,64 | | | | 72,6 |
| 702-2010 М | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 1,9 | 0,34 | 13,05 | | | | 65,7 |
| | Итого | 770 | 22,61 | 23,87 | 105,09 | | | | 700,25 |
| | Норма обез по СанПиН | 700 | 23,1-26,95 | 23,7-26,95 | 100,5-117,25 | | | | 705-822,5 |
| | Всего | 36,06 | 39,06 | 166,03 | 1675-201 | | | | 1245,85 |
| | Норма по СанПиН | 38,8-46,2 | 39,5-47,4 | 167,5-201 | 1175-1410 | | | | |



Утверждено
 Директор ООО "Цитанин" *И.И. Корольков* Е.Ю. Корольков



Име- лание меню для обеспечения двукратным питанием детей возрастной группы 7-11 лет
 7 день

| № п/п по общ. | Наименование (вес) | | Питательная ценность/г/г | | | | | | Энергетическая ценность |
|---------------------------------|--------------------------------------------------|---|--------------------------|---|------------------|---|------------------|---|-------------------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| 182/2017М | Каша молочная ягнзлая пшеница с маслом и сахаром | | 250 | | 13,31 | | 53,44 | | 369,11 |
| 152/2017М | Сыр варшавский | | 10 | | 2,95 | | 0,00 | | 36,00 |
| 376/2017М | Чай с сахаром | | 200 | | 0,07 | | 1,5 | | 60 |
| 701/2017 М | Хлеб пшеничный | | 30 | | 2,43 | | 14,64 | | 72,6 |
| | Итого | | 490 | | 13,34 | | 83,08 | | 537,91 |
| | Норма завтрака по СанПиН 208/259 ± 5% | | 500 | | 15,4-19,25 | | 67,83-75 | | 470-587,5 |
| Обед | | | | | | | | | |
| ГТК стр 610 сб. р -Липовка 2004 | Зеленый горошек консервированный | | 60 | | 1,8 | | 2,34 | | 3,78 |
| 139/2004 Л | Суп картофельный с бобами (горох) | | 200 | | 4,48 | | 4,96 | | 17,84 |
| 489/2004 Л | Рис с яйцом | | 200 | | 14,4 | | 11,64 | | 23,28 |
| 699/2004Л | Пантук дикий | | 200 | | 0,1 | | 0 | | 24,2 |
| 701/2010 М | Хлеб пшеничный | | 60 | | 3,75 | | 1,86 | | 17,47 |
| 702/2010 М | Хлеб ржаной-пшеничный | | 30 | | 1,9 | | 0,34 | | 13,05 |
| | Итого | | 740 | | 26,43 | | 21,14 | | 99,62 |
| | Норма обела по СанПиН 306/359 ± 5% | | 700 | | 23,126-95 | | 23,7-26,95 | | 705-822,5 |
| | Всего | | 39,77 | | 37,72 | | 182,7 | | 1260,73 |
| | Норма по СанПиНу ± 5% | | 38,5-46,2 | | 39,5-47,4 | | 167,5-201 | | 1175-1410 |



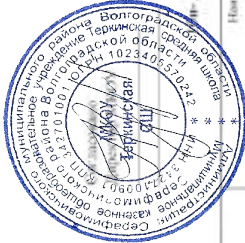
**Итого - денежные деньги для обеспечения завтраками питаниям детей возрастной группы 7-11 лет
в день.**

| № реп. по сбор. | Наименование блюда | Высота | Положительная стоимость: | | | | | | Эквивалент литраж |
|-----------------|------------------------------------------|--------------|--------------------------|---------------|---------------|---|---|---|----------------------|
| | | | Б | Ж | У | В | Г | З | |
| 1812017 М | Каша манная молочная с сахаром и маслом | 250 | 6,94 | 12,18 | 48,13 | | | | 330,68 |
| 1432017М | Масло сливочное | 10 | 0,08 | 7,35 | 66,00 | | | | 66,00 |
| 6862004 Л | Чай с сахаром и лимоном | 205 | 0,13 | 0,02 | 15,2 | | | | 62 |
| 7012017 М | Хлеб пшеничный | 40 | 3,75 | 1,86 | 17,47 | | | | 110 |
| | Итого: | 505 | 10,9 | 21,31 | 86,93 | | | | 568,68 |
| | Порция завтрака по СанПиН 20% ± 3% | 500 | 15,4-19,25 | 15,8-19,75 | 67-83,75 | | | | 470-587,5 |
| Обед | | | | | | | | | |
| 332011 М | Смекла отварная с растительным маслом | 60 | 0,71 | 3,04 | 4,18 | | | | 47,0 |
| 1032011 М | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200 | 2,2 | 2,2 | 16,1 | | | | 94 |
| 2472011 М | Рыба тушеная с овощами | 100 | 10,6 | 5,1 | 5,6 | | | | 112 |
| 1712017М | Каша рисовая с мясом | 130 | 5,92 | 6,50 | 34,71 | | | | 211,25 |
| 3892017М | Слив овощные, фруктовые и ягодные | 200 | 1 | 0 | 20,2 | | | | 84,8 |
| 7012010 М | Хлеб пшеничный | 40 | 3,75 | 1,86 | 17,47 | | | | 110 |
| 7022010 М | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 1,9 | 0,34 | 13,05 | | | | 65,7 |
| | Итого: | 760 | 26,08 | 19,04 | 111,31 | | | | 724,7 |
| | Порция обеда по СанПиН 30% ± 5% | 700 | 23,1-26,95 | 23,7-26,95 | 101,5-117,25 | | | | 705-822,5 |
| | Итого: | 36,98 | 40,35 | 102,24 | | | | | 1293,38 |
| | Порция по СанПиН ± 5% | 38,5-46,2 | 39,5-47,4 | 107,5-201 | | | | | 1175-1410 |



Утверждено
 Директор ООО "Питание" Корпорации ЕСК

Финансирование меню для обеспечения двухразовым питанием детей возрастной группы 7-11 лет
 9 день.



| № п/п по списку | Наименование блюда | Выполн. | | | Планируемое количество | | | Энергетическая ценность |
|-----------------|--------------------------------------------------|---------------|---------------|----------------|------------------------|---|---|-------------------------|
| | | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 187/2017М | Каша ячменная молочная жидкая с сахаром и маслом | 220 | 7,31 | 10,98 | 49,18 | | | 325 |
| 338/2017 М | Яблоко спелое | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | | | 44,00 |
| 396/2017М | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15 | | | 60 |
| 701/2010 М | Хлеб пшеничный | 30 | 2,43 | 0,3 | 14,64 | | | 72,6 |
| | Итого: | 550 | 10,21 | 11,7 | 88,62 | | | 501,6 |
| | Норма завтрака по СанПиН 20% ± 5% | 500 | 15,4 ± 19,25 | 15,8 ± 19,75 | 67,83,75 | | | 470-587,5 |
| Обед | | | | | | | | |
| 71/2017М | Отвар свеклы | 60 | 0,35 | 0,05 | 0,95 | | | 6 |
| 103/2017М | Суп картофельный с крутой пшеном | 200 | 2,0 | 2,4 | 14,6 | | | 90,4 |
| 493/2004Л | Пюре тушеная и свежая капуста | 100 | 8,133 | 8,133 | 2,856 | | | 11,9 |
| 203/2017М | Макаронные отварные с маслом | 150 | 5,73 | 6,08 | 31,96 | | | 205,5 |
| 342/2011 М | Компот из свежих плодов | 200 | 0,1 | 27,5 | 112,7 | | | 72,6 |
| 701/2010 М | Хлеб пшеничный | 30 | 2,43 | 0,3 | 14,64 | | | 72,6 |
| 302/2017 М | Хлеб ржаной пшеничный | 30 | 1,9 | 0,34 | 13,05 | | | 65,7 |
| | Итого | 770 | 21,207 | 17,803 | 105,6 | | | 671,9 |
| | Норма обеда по СанПиН 30% ± 5% | 700 | 23,1 ± 26,95 | 23,7 ± 26,95 | 100,5 ± 117,25 | | | 705,82 ± 5 |
| | Всего | 31,417 | 29,203 | 194,196 | 1173,5 | | | 1173,5 |
| | Норма по СанПиН ± 5% | 38,5 ± 46,2 | 39,5 ± 47,4 | 167,5 ± 201 | 1175-1410 | | | |



Утверждено
Директор ООО "Питание"
Летя / Коробочко Е.Ю.

Пов- дневное меню для обеспечения двухразовым питанием детей возрастной группы 7-11 лет
10 дней.

| № респ. по сбор | Наименование блюда | Выход | | | | | | Энергет. ценность |
|--------------------|----------------------------------------------|------------------------|--------------|---------------|---------------|---|--------------|----------------------|
| | | З | Б | Ж | У | 6 | 7 | |
| | | Полданные количества/г | | | | | | |
| | | Завтрак | | | | | | |
| 16/02/017М | Суп молочный сладкий с макаронными изделиями | 250 | 8,7 | 9,48 | 29,64 | | 169,2 | |
| 38/2/017М | Каша с молоком | 200 | 4,07 | 3,54 | 17,58 | | 118,6 | |
| 14/2/017М | Масло порционное | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | | 66,60 | |
| в т | Печенье | 30 | 4,35 | 16,95 | 15,6 | | 117 | |
| 701/2010 М | Хлеб пшеничный | 20 | 2,45 | 0,42 | 9,73 | | 58,5 | |
| | Итого | 510 | 19,65 | 37,64 | 72,68 | | 529,3 | |
| | Норма завтрака по СанПиН 20% ± 5% | 500 | 15,4-19,25 | 15,8-19,75 | 67-83,75 | | 470-587,5 | |
| | | Обед | | | | | | |
| 23/2/017М | Нарезка овощная (огурец, помидор, свеклы) | 60 | 0,05 | 0,05 | 3,04 | | 7,2 | |
| 82/2/017М | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 200 | 1,9 | 6,2 | 10,5 | | 105,2 | |
| 42/3/20/4Л | Тертель с соусом | 100 | 6,96 | 16,11 | 11,61 | | 223 | |
| 171/2/017М | Каша пшеница с маслом | 130 | 5,92 | 7,96 | 33,99 | | 231,4 | |
| 53/2/2017М | Компот из сухофруктов | 200 | 0,6 | 0 | 31,4 | | 124 | |
| 701/2/010 М | Хлеб пшеничный | 20 | 2,45 | 0,42 | 9,73 | | 58,5 | |
| 702/2/010 М | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 1,9 | 0,34 | 13,05 | | 65,7 | |
| | Итого | 740 | 19,80 | 31,04 | 113,30 | | 815,0 | |
| | Норма обеда по СанПиН 30% ± 5% | 700 | 23,1-26,95 | 23,7-26,95 | 100,5-117,25 | | 705-822,5 | |
| | Всего | 39,454 | 68,68 | 185,98 | 1344,3 | | | |

Норма по СанПиН ± 5%

38,5-46,2

39,5-47,4

167,5-201

1175-1410



**ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ
ИТОГО**

| 1 | 2 | Выход в г/р | Плановые возможности | | | | | | Экспорт- ценность |
|----------------------------|-----------|-------------|----------------------|------------|--------------|-----------|---|---|----------------------|
| | | | б | ж | з | и | у | ф | |
| Итого за шесть периодов | 2015,00 | 3 | 48,34 | 102,70 | 416,06 | 527,48 | | | |
| Среднее значение за период | 321,00 | | 13,60 | 28,54 | 83,21 | 52,74 | | | |
| Итого за шесть периодов | 3720,00 | | 15,413,25 | 15,819,75 | 67,33,75 | 470,587,5 | | | |
| Среднее значение за период | 744,00 | | 323,96 | 104,23 | 539,64 | 784,3 | | | |
| Итого за шесть периодов | 231,26,95 | | 18,7980 | 20,8666 | 107,9373 | 788,926 | | | |
| Среднее значение за период | 181,081 | | 23,1,26,95 | 23,7,37,65 | 100,5,117,25 | 705,822,5 | | | |
| Итого за шесть периодов | 36,4162 | | 206,933 | 41,3866 | 955,696 | 13496,7 | | | |
| Среднее значение за период | 38,5,46,2 | | 41,3866 | 191,1392 | 1249,674 | 1175,1410 | | | |
| Норма по СанПиНу ± 5% | 39,5,47,4 | | | | | | | | |

Сборные рецептуры и кулинарные изделия для предприятий общественного питания при образовательных учреждениях / Издатель В.Т. Латышев - М. Хлебобулочные, 2004. - 64с.
 Сборные рецептуры блюд и кулинарных изделий для образовательных учреждений / Сборные рецептуры образовательных учреждений / Издатель В.Т. Латышев - М. Хлебобулочные, 2004. - 64с.
 профессор В.Р. Кучин - М. Издательский центр «Лань», 2016. - 560 с.
 Сборные рецептуры для предприятий общественного питания образовательных учреждений / Издатель М.П. Митяев и В.А. Тузова. - М. ДеЛай плюс, 2011. - 54с.
 Таблица минимального состава и калорийности российских продуктов питания. Саратовская. - М. ДеЛай плюс, 2008. - 276с. Составил И.М. Тузова В.А.