



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) за родителейскую плату

Меню "Московский С.С."

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборные рецептур	цена рубль
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
ЗПТИЦЫ	180	13,59	17,10	27,18	311,22	265	2017м	41
НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ/СОЛЕННЫЕ В НАРЕЗКЕ	60	0,41	0,1	0,84	5,0	71/70	2017м	10
ИМОНОМ И САХАРОМ	200	0,30	0,00	15,20	60,00	54-3гм	2022м	9
	40	3,16	0,40	19,32	93,44	701	2010м	4
ПЕЧИЧНЫЙ								
прием пищи:	480	17,46	17,55	62,54	469,66			64



Согласовано: _____
Директор: _____

2 agents

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов	цена руб/блн
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
2 день								
Завтрак								
ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	30	0,45	0,1	2,6	12,1	52	2017н	10
А КУРИНАЯ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	110	11,30	12,10	14,60	205,60	294/54-3с	2017м	30
ОМЛЕТЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	100	2,06	3,00	16,36	100,93	125	2017м	10
ОМЛЕТЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	200	0,20	0,00	15,00	58,00	54-2н	2022н	9
ОМЛЕТЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	50	3,13	0,50	20,63	99,00	702	2010м	5
ОМЛЕТЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	490	17,14	15,65	69,14	475,63			64



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) 10 родителейскую плату

Издано:

Тор:

Питание "Московин С.С."

Составлено:

Директор:

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур	цена руб/шт
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
ИИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ/ СОЛЕНЫЕ В НАРЕЗКЕ (ДОРЫ) А ПО КУПЕЧЕСКИ С ПТИЦЕЙ ОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ЖАНОЙ на прием пищи:	30	0,3	0,0	0,7	4,0	71/70	2017м	10
	150	9,90	13,35	28,12	363,00	343,5	2002г	37
	200	0,30	0,00	16,00	66,40	54-1хн	2022н	12
	50	3,13	0,50	20,63	99,00	702	2010м	5
	430	13,63	13,85	65,45	532,40			64

10-ти дневное меню

4. *dent*

UNIVERSITY OF CALIFORNIA

Директор:

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов	цена руб/шт
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Зантрак								
1. С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	12,7	12,8	15,5	227,3	54-15м/54-3с	2022а	40
2. С СОУСОМ АССЫГТАТАЯ РИСОВАЯ	100	3,13	3,20	24,00	138,666	171	2017м	10
3. С СОУСОМ АССЫГТАТАЯ РИСОВАЯ	200	0,30	0,00	15,20	60,00	54-3н	2022н	9
4. С СОУСОМ АССЫГТАТАЯ РИСОВАЯ	50	3,95	0,50	21,15	116,33	701	2010м	5
5. С СОУСОМ АССЫГТАТАЯ РИСОВАЯ	450	20,08	16,50	75,85	542,29			64



10-11-2019 меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) за родительскую плату

5 день

Директор: Московкин С.С.

Присл. пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов	цена рубль
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
ДРУЖБА БЕ САХАРНОЕ САХАРНОМ	160	10,86	11,92	27,76	206,00	54-16к	2017м	44
	50	2,10	3,70	17,80	116,00	11.Т.		11
	200	0,20	0,00	15,00	58,00	54-2гк	2022н	9
в присл. пищи:	410	16,32	16,02	79,88	473,44			64



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) по родителескую плату

Дано:

Пр:

Гос. Мосовкин С.С.

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур	цена руб/бл
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ МАННАЯ	200	9,00	10,87	42,26	302,87	181	2017м	28
СЫРОД С СЫРОМ 35/5/10	50	5,80	8,00	11,60	147,00	3	2017м	20
ДЕ	200	0,20	0,00	9,20	30,08	54-45гн	2022н	7
в прием пищи:	450	15,20	18,87	72,26	479,95			64



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) за родительскую плату

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник: рецен-тур	цена рубль
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
КАБАЧКОВАЯ	30	0,45	2,15	1,88	28,85	73	2017м	10
ТЫ МЯСО КАПУСТНЫЕ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	110	10,9	9,8	22,4	210,6	54-3м/54-3с	2022н	31
ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	100	5,40	4,56	20,00	142,66	171	2017м	11
ЛИМОННОМ И САХАРОМ	200	0,30	0,00	15,20	60,00	54-3гн	2022н	9
ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,90	701	2010м	3
в прием пищи:	560	30,32	26,61	96,37	723,61			95



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) за ролительскую плату

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур	цена рубль
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
ОТ НАТУРАЛЬНЫХ СВЕЖИХ/СОЛЕНЫХ В НАРЕЗКЕ (РЫ)	30	0,2	0,1	0,41	2,5	71/70	2017м	10
А ПО КУПЕЧЕСКИ С ПТИЦЕЙ	150	9,90	13,35	28,12	363,00	343,5	2002г	40
САХАРОМ	200	0,20	0,00	15,00	58,00	54,2гн	2022г	9
ШЕПЧИЧНЫЙ	50	3,95	0,50	21,15	116,33	701	2010м	5
за прием пищи:	430	14,25	13,9	64,68	539,8			64



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) за родительскую плату

Дата:

Гор:

Питание "Московия С.С."

9 день.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур	цена рубль
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
БЛЕТЫ РЫБНЫЕ " ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ" В ТОМАТНОМ Е	120	11,60	11,80	13,00	159,00	54-14p/54-3с	2022n	42
	100	2,45	3,80	18,80	130,46	203	2017m	10
	200	0,30	0,00	15,20	60,00	54-2гн	2022n	9
	30	2,37	0,30	14,49	70,90	701	2010m	3
	450	16,72	15,90	61,49	420,36			64
за прием пищи:								



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) за родительскую плату

адрес:
г. Москва

г. Москва

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур	цена руб/бл
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
ДРУЖБА	150	10,17	11,17	26,02	245,38	54-16к	2017м	26
МЯСНИК С ПОВИДЛОМ 50/20	70	5	4,4	25,2	156	399	2017м	26
АРКАДЕ С САХАРОМ	200	0,20	0,00	9,20	42,00	54-6кн	2022н	9
ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,37	0,30	14,49	70,90	701	2010м	3
За прием пищи:	450	17,74	15,87	74,91	514,28			64

2. 10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) за родительскую плату

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	б	ж	уг	ккал
Итого за период	83,44/106,32	91,81/105,01	394,9/381,58	2807,27/2513,87
Среднее значение за период	16,7/21,26	18,23/21,0	78,98/63,71	561,45/502,76
Соотношение пищевых веществ	1	1	4	

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

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

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

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

меню блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи