

ное меню для обеспе-

Содержание:

Директор

(подпись)

М.П.

2 denb.

Заграв

9-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ



3 день.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов	цена руб/ли
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ/ СОЛЕНЫЕ В НАРЕЗКЕ (ОУРЫ) ПО-КУПЕЧЕСКИ С ПТИЦЕЙ Т ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ КАНОЙ прием пищи:	100	1,1	0,0	2,3	18,0	71/70	2017м	20
	200	13,20	17,80	37,50	363,00	458	2002г	41
	200	0,30	0,00	16,00	66,40	54-1хн	2022н	12
	50	3,13	0,50	20,63	99,00	702	2010м	5,78
	550	17,73	18,30	76,43	546,40			78,78



4-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ

г.:

г.г. Мосkowski С.С.

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов	цена рубл
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
1. С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	12,7	12,8	15,5	227,3	54-15м/54-3с	2022н	40
ССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ	180	5,63	5,76	43,79	249,52	171	2017м	24
МОНОМ И САХАРОМ	200	0,30	0,00	15,20	60,00	54-3гн	2022н	9
ЕНИЧНЫЙ	50	3,95	0,50	21,15	116,33	701	2010м	5,78
Прием пищи:	530	22,58	19,06	95,64	653,15			78,78

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ



5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур	цена руб/ли
		Завтрак						
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
ДРУЖБА	180	13,60	13,90	31,25	270,00	54-16к	2017м	45
БЕ САХАРНОЕ	50	2,10	3,70	17,80	116,00	11.Г	0	8
САХАРОМ	200	0,20	0,00	15,00	58,00	54-2гн	2022п	9
ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,16	0,40	19,32	93,44	701	2010м	4,78
БЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	120	0,60	0,60	14,30	68,40	338	2017м	12
а прием пищи:	590	19,66	18,60	97,67	605,84			78,78



0-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ

по:

г:

г. Москва

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	цена руб/лн
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ МАШНАЯ	250	11,25	13,58	52,82	378,58	181	2017м	40
РОД С СЫРОМ 35/5/10	50	5,80	8,00	11,60	147,00	3	2017м	17,78
ЦЕ	200	0,20	0,00	9,20	30,08	54-45гн	2022гн	9
СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	120	0,60	0,60	14,30	68,40	338	2017м	12
прием пищи:	570	17,85	22,18	87,92	624,06			78,78

ое меню для обеспе

20

Знаете ли вы? Московский СС

7 years

Пронем пишем, именованные бляды

Завтрак

A MORE MODERN:



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ

Дата: _____
 Подпись: _____

«Питание» Московский С.С.

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов	цена рубль
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
ОБЕДЫ	100	0,5	0,1	1,01	6,0	71/70	2017м	20
	200	13,20	17,80	37,50	363,00	458	2002г	44
	200	0,20	0,00	15,00	58,00	54-2гн	2022н	9
	50	3,95	0,50	21,15	116,33	701	2010м	5,78
за прием пищи:	550	17,85	18,36	74,66	543,3			78,78

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ



Кдаю:

тор:

"Питание" Московкин С.С.

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов	цена руб/бл
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
ЛЕТЫ РЫБНЫЕ "ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ" В ТОМАТНОМ СОУСЕ	120	11,60	11,80	13,00	159,00	54-14р/54-3с	2022г	45
АРОМНЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	170	4,19	6,50	32,00	221,80	203	2010	19
С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,30	0,00	15,20	60,00	54-3гн	2022	9
ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,95	0,50	21,15	116,33	701	2010	5,78
за прием пищи:	540	20,04	18,80	81,35	557,13			78,78

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 12-18 лет МОУ

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	б	ж	уг	ккал
Итого за период	116,29/177,44	114,18/102,62	433,83/425,19	3118,41/2855,66
Среднее значение за период	23,25/35,49	22,83/20,52	86,76/85,04	623,68/571,12
Соотношение пищевых веществ	1	1	4	

на рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 543с.

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

на рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Сборник технических нормативов. ФГБУ НИИД рава России. НИИ ГиОЗДиП / под редакцией член-корр. РАН, д.м.н., профессора В.Р. Кучмы - М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2016. -

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

на рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи 2011. - 584с.