

Директор Абдул Рахмонов Ибрагимов

Организатор питания ИИ Комарова А.А.

Утверждаю:

2024r.

Примерное 2-х недельное льготное меню

для организации горячего питания учащихся

осенне-зимний период 2024 г.

1-я неделя
ПОНЕДЕЛЬНИК

1-я Неделя

ПОНЕДЕЛЬНИК

1-я неделя
ВТОРНИК

1-я неделя

ВТОРНИК

1-я неделя

1-я неделя

CPEDIA

1-я неделя

1-я неделя

ЧЕТВЕРТ

88M

т.к.	Хлеб пшеничный	23	1,748	0,18	11,17	54,28
342м/ноп	Компот из свежих фруктов	200	0,2	0,2	18,4	76
		Итого за прием пищи	9,0	6,0	71,0	372,0

1-я неделя

ПЯТНИЦА

151м	Суп картофельный с вермишелью	295	3,422	2,95	24,78	338,66
т.к.	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,5	29,16	142
	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	10,4	41
		Итого за прием пищи	8,0	3,5	64,3	521,7

2-я неделя

ПОНЕДЕЛЬНИК

98м	Суп картофельный с бобовыми	270	6,48	4,59	23,22	158,76
т.к.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,425	24,3	115
	Компот из свежих фруктов	200	0,2	0,2	18,4	76
		Итого за прием пищи	10,0	5,0	64,0	341,0

2-я неделя

ВТОРНИК

82м/ноп	Щи из капусты свежей с картофелем	250	3	4,75	13	107
	Салат из свеклы	50	0,7	0,83	4	26,67
т.к.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,425	24,3	115
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124
		Итого за прием пищи	9,0	7,0	70,0	370,0

2-я неделя

СРЕДА

103м	Суп картофельный с рисом	290	2,09	6,03	18,03	132,24
т.к.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,41	24,3	118
	Компот из свежих фруктов	200	0,2	0,2	18,4	76
		Итого за прием пищи	9,0	6,0	77,0	403,0

2-я неделя

ЧЕТВЕРГ

99м	Суп картофельный	265	14,204	8,268	0,424	263,94
т.к.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,41	24,3	118
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124

Итого за прием пищи					
		18,604	8,7	56,1	505,9

2-я неделя
ПЯТНИЦА

102м	Суп - лапша домашняя	220	2,6	3,0	18,5	124,1
т.к.	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,3	19,4	94,4
	Сок	200	0,4	0,4	20,0	100,0
Итого за прием пищи		6,0	4,0	58,0	318,0	
Итого за прием пищи 10 ДНЕЙ		92,60	58,81	622,74	3639,64	

1. Сборник технологических нормативов под редакцией В. Т. Лапиной, 2004г. Хлебпродинформ.
2. Сборник технологических документов под редакцией Л.Е. Галунова, М.Т. Лабзина, 2008г. Санкт-Петербург
3. Сборник рецептов мучных кондитерских булочных изделий для ПОП 1986г. Москва
4. Диетическое питание справочник под ред. В.А. Доценко, Е.В. Литвинова, Ю.Н. Зубцова, 2002 г. Москва
5. Химический состав пищевых продуктов под редакцией И.М. Скурихина, В.А. Шатерникова, 1984г. Москва
6. Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания под ред. И.М. Скурихина, В.А. Тутельян, 2008г. Москва