

Утверждено:
Директор ООО «ТОРЖОК-АЙСБЕРГ»
В.И. Никитин
20/12 г.

Утверждено:
Директор МОУ «Колледж им. Н.С. Гоголя»
20/12 г.

ДЕСЯТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ

**Вторых завтраков для обучающихся 1-4-х классов по категориям с 7 до 11 лет общеобразовательных
организаций Тверской области Калининского района**

на осенне-зимний период

Разработано на основе меню 3-х разового питания на 10 дней на осенне-зимний период для детей, обучающихся в общеобразовательных организациях Тверской области Калининского района в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования» и МР 2.4.5.0107-15 «(Организация питания детей дошкольного и школьного возраста в образовательных коллективах)

Сборник технических нормативов-сборник рецептов по продуктивно для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред. М.П.Мондыного и В.А.Тутельяна.-М.:ДеЛин плюс. 2015.-544с
В соответствии нормативов Учреждения Российской Академии Медицинских Наук Научно-исследовательский институт питания РАМН. 2011

Разработано государственным бюджетным профессиональным образовательным учреждением «Тверской колледж сервиса и туризма».

Приложение №2

к муниципальному контракту

№ от 2020 г. от

Примерное десятидневное меню для учащихся 1-4 классов общеобразовательных школ Калининского района Тверской области

Приём пищи, наименование	Масса порции	Пищевые вещества (г.)				Энергетическая
		Б	Ж	У	Е	

1 день

Каша вязкая на молоке из овсяных хлопьев "геркулес" с маслом сливочным	150/10	6,78	10,08	30,12	238,50
Хлеб пшеничный с маслом	60	3,7	8,5	26,25	155
Хлеб пшеничный	50				
Масло сливочное	10				
Чай-заварка	200	0,40	0,10	0,08	6,40
Вафли (оладьи)	36	1,98	5,40	24,12	154,80
		12,86	24,08	80,57	554,70

2 день

Макаронные изделия с маслом	150	5,52	4,52	26,45	168,45
Тертая мясная паровые	110	7,83	8,75	10,25	151,00
Кусель из яблок	200	0,11	0,12	25,09	119,20
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,88	19,76	91,96
		2,35	1,00	44,85	530,61

3 день

Запеканка манная с цукотом и сметаной	120	5,93	5,46	37,90	225,00
Сметана	20				
Компот из кураги	200	0,78	0,05	27,63	114,80
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52
Печенье	100	7,40	15,60	66,50	436,00
		17,27	21,51	151,35	869,32

4 день

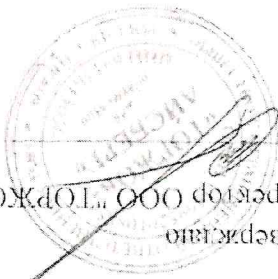
Рус овариной	150	3,65	5,37	36,68	209,70
Рыба припущенная (минтай) с маслом	110	17,12	8,22	0,92	146,00
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	93,52
Напиток кофейный с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,60
		27,10	16,67	72,87	549,82

5 день

10 день					
Вафли (оладьи)	36	1,98	14,99	26,64	75,80
Чай-заварка	200	0,40	0,10	0,08	6,40
Масло сливочное	10				
Хлеб пшеничный	50				
Хлеб пшеничный с маслом	60	3,7	8,5	26,25	155
Яйцо куриное сваренное	40	5,08	4,60	0,28	63,00
Каша жидкая молочная из риса с маслом сливочным	150/10	3,83	8,04	25,07	188,25
9 день					
Хлеб пшеничный	40	3,16	13,71	13,11	58,22
Напиток из плодов шиповника	200	0,678	0,278	20,76	88,2
Термели мясные паровые	110	7,83	8,75	10,25	151
Каша мучная	100	2,04	3,68	7,89	77
8 день					
Напиток кофейный с молоком	200	3,166	18,21	30,96	45,14
Масло сливочное	10				
Хлеб пшеничный	50				
Хлеб пшеничный с маслом	60	3,7	8,5	26,25	155
Омлет натральный, сваренный на пару	110	11,34	19,78	2,94	236
7 день					
Сок фруктовый (яблочный)	200	1	16,41	20,10	74,14
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,88	19,76	84,8
Компота, рубленая из плодов 1 шт. по 50 гр	50	7,65	14,70	7,73	194,00
Макароньы отварные с маслом	150	5,52	4,52	26,45	168,45
6 день					
Вафли (оладьи)	36	1,98	15,39	26,23	95,74
Каша с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60
Масло сливочное	10				
Хлеб пшеничный	50				
Хлеб пшеничный с маслом	60	3,7	8,5	26,25	155
Каша пшеничная жидкая молочная с маслом	150/10	5,63	8,79	27,79	182,81

Каша гречневая рассыпчатая	150	8,60	6,09	38,64	243,75
Печень свиная тушеная в соусе	100	13,26	8,82	2,62	160,00
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,88	19,76	91,96
Компот из кураги	200	0,78	0,05	27,63	114,80
Печенье	100	7,40	15,60	66,50	436,00
		24,88	15,84	88,65	610,51

Утверждено
 Директор ООО "ТОРЖОК-АЙСБЕРГ"
 Никитин В.И.



Утверждено
 Директор ООО "ТОРЖОК-АЙСБЕРГ"
 Никитин В.И.

