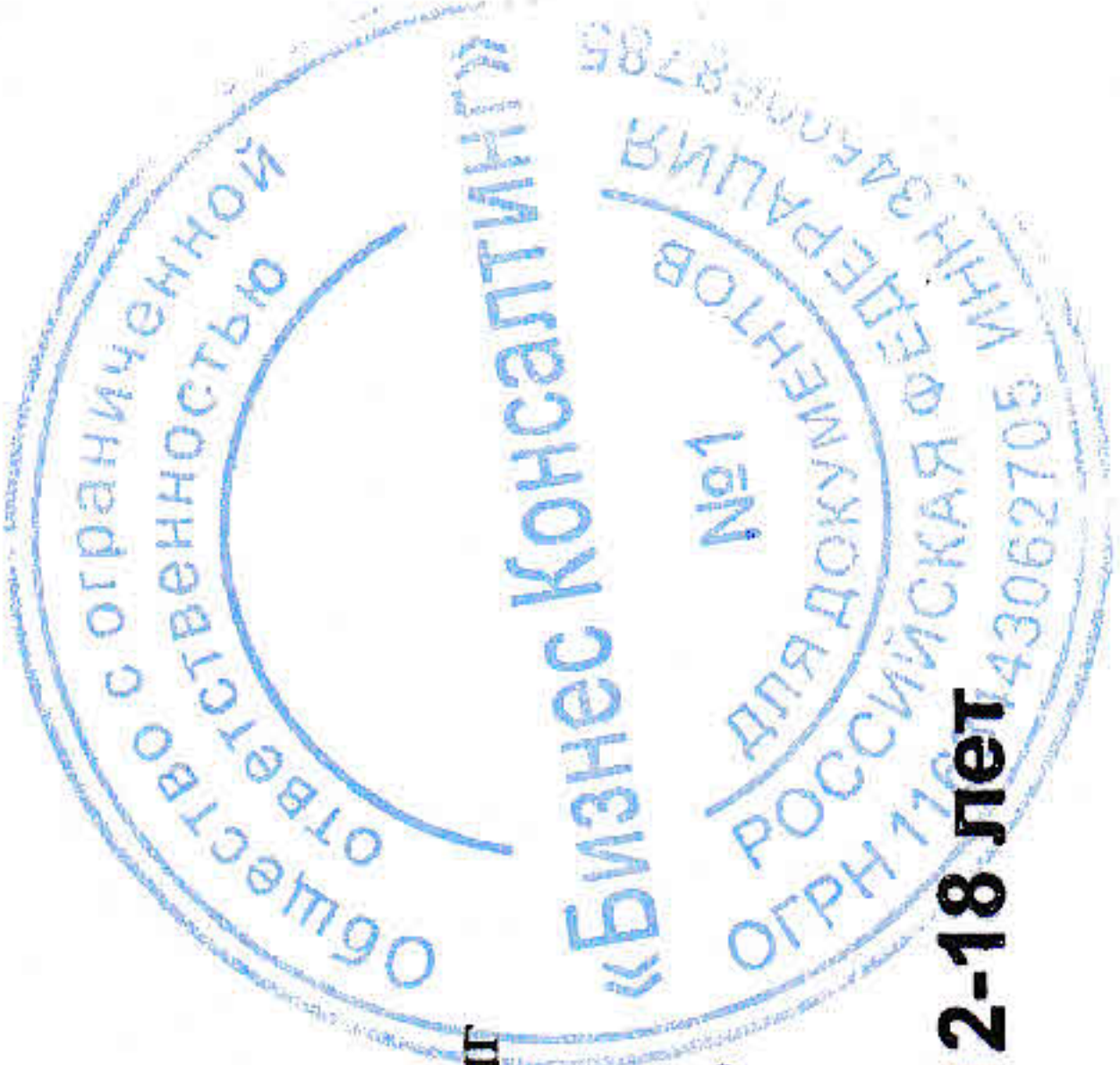




Согласовано: *Мирон В. Г.*
 директор Мирнинского района
 Республика Беларусь

Перспективное



Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
 /Корножко Е.Ю.

09.02.2023

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

№ ред. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб	вес блока		Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал			
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	12-18 лет	
1	2										

неделя 1 / день 1

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г.;-544с. Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах . Под редакцией В.Т. Лапиной.-М. 2004- 640с; Таблицы

Завтрак

Химического состава и колорийности российских продуктов питания: Справочник,-М.; ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

182/2017м	каша молочная жидкая рисовая с сахаром и маслом	37,00	200	250	7,71	9,63	7,90	9,88	28,70	35,88	216,74	270,88
399/2017м	блинчики с повидлом	11,51	70	70	3,83	3,83	5,86	5,86	18,11	18,11	140,50	140,50
701/2010м	хлеб пшеничный	3	30	40	2,37	3,16	0,30	0,40	14,49	19,32	70,14	96,52
378/2017м	чай с молоком	13	200	200	1,52	1,52	2,35	2,35	15,9	15,9	90,83	90,83
	Итого	64,51	500	560	15,43	18,14	16,41	18,49	77,2	89,21	518,21	598,73

Норма завтрака по СанПин	20%- 25% ± 5%	500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680
--------------------------	---------------	-----	-----	------------	---------	------------	-------	----------	------------	-----------	---------

Обед

54-7с\2022н	Суп картофельный с макаронными изделиями	8	200	250	5,1	6,45	5,78	7,22	18,5	23,12	146,42	183,02
54-12м\2022н	Плов из пшцы	30	200	250	12,54	15,68	19,46	24,32	17,76	22,2	296,34	337
349\2017м	Компот из сухофруктов	15	200	200	0,66	0,66	0,09	0,09	32,14	32,14	132,8	132,8
701\2010 м	Хлеб пшеничный	3	50	50	3,95	3,95	0,5	0,5	24,15	24,15	116,9	116,9
702\2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	2	50	50	2,8	2,8	0,55	0,55	24,7	24,7	114,95	114,95
	Итого за обед	58,00 Р	710	810	25,05	29,54	26,38	32,68	117,25	126,31	807,41	884,67
Норма обеда по СанПин	30%- 35% ± 5%		700	800	23,1-26,95	27-31,5	23,7-26,95	27-32,2	100,5-117,25	114,9-134,05	705-822,5	816-952



Согласовано: *Муромкина Елена*
 директор ООО «Бизнес Консалтинг»
 09.02.2022



Утверждено
 Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
 /Кортоножко Е.Ю. №1
 09.02.2022

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

№ ред. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда		Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал			
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	
1	2				Б	Ж	У				

неделя 1 / день 2

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017-544стр; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лапиной.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и колорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; Дел

Завтрак

Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

47/2017м	капуста квашеная с растительным маслом	11,51	60	100	1,02	1,7	2	3,3	10,07	16,67	62,36	103,93
271/2017м	котлеты домашние	20	90	100	10,85	12,06	11,71	13,10	8,28	9,20	182,70	203,00
331/2017с	соус сметанный с томатом	4	20	20	0,34	0,34	0,99	0,99	1,40	1,40	16,02	16,02
203/2017м	макароны отварные с маслом	18	150	180	5,40	6,48	4,90	5,88	32,80	39,36	196,80	236,16
701/2010м	хлеб пшеничный	1	30	30	2,37	2,37	0,30	0,30	14,49	14,49	70,14	70,14
376/2017м	Чай с сахаром	10	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60
	Итого	64,51 Р	550	630	20,05	23,02	19,92	23,59	82,04	96,12	588,02	689,25
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680

Обед

101\2017м	Суп картофельный с крупой (пшено)	8	200	250	2,0	2,4	3,9	4,9	12,5	15,6	93,1	116,4
54-11р/2022н	Рыба тушеная с овощами	23	90	100	11,7	13	14,44	17,26	5,3	5,88	197,96	219,9
171\2017м	Каша рисовая рассыпчатая с маслом	11	150	180	3,7	4,43	4,8	5,86	36,5	43,8	203,5	244,2
377\2017м	Чай с лимоном	11	200	200	0,13	0,13	0,02	0,02	15,2	15,2	62	62
701\2010 м	Хлеб пшеничный	3	50	50	3,95	3,95	0,5	0,5	24,15	24,15	116,9	116,9
702\2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	2	50	60	2,8	3,36	0,55	0,66	24,7	29,64	114,95	137,94
	Итого за обед	58,00 Р	740	840	24,23	27,27	24,18	29,17	118,4	134,3	788,4	897,3
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%		700	800	23,1-26,95	27-31,5	23,7-26,95	27-32,2	100,5-117,25	114,9-134,05	705-822,5	816-952



Согласовано: *М.М. Дураштыкеева*
 директор
 09.08.2023

Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
 /Коргоножко Е.Ю.
 09.08.2023

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

№ реч. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб	вес блока			Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал	
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
1	2				Б	Ж	У			

неделя 1 / день 3

Завтрак

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017-544сг; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лапиной.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник,-М.; ДеЛи Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

182/2017м	каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	32,00	200	250	8,20	11,25	8,96	11,20	30,14	37,67	234,00	292,50
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	16,51	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00
П.Т	печенье сахарное	3	28		2,1		2,7		14,8		91,9	
701/2010м	хлеб пшеничный	3	30	50	2,37	3,95	0,30	0,50	14,49	24,15	70,14	116,90
379/2017м	кофейный напиток с молоком	10	200	200	4,07	4,07	4,6	4,6	13,72	13,72	112,56	112,56
	Итого	64,51 Р	558,0	600,0	17,1	19,7	17,0	16,7	83,0	85,3	555,6	569,0
Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%			500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680

Обед

54-1с\2022н	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	8	200/10	250/10	2,84	3,51	5,28	6,27	7,22	8,97	88,16	107,16
271/331/2017м	коглеты домашние с соусом	16	90/20	100/20	12,15	13,51	12,55	13,94	8,76	9,74	196,59	218,43
203\2017м	Макароны отварные с маслом	20	150	180	5,4	6,48	4,9	5,88	32,8	39,35	196,8	236,16
376\2017м	Чай с сахаром	10	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60
701\2010 м	Хлеб пшеничный	2	40	40	3,16	3,16	0,4	0,4	19,32	19,32	93,52	93,52
702\2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	2	50	60	2,8	3,36	0,55	0,66	24,7	29,64	114,95	137,94
	Итого за обед	58,00 Р	760	860	26,42	30,09	23,7	27,17	107,8	122,02	750,02	853,21
Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%			700	800	23,1-26,95	27-31,5	23,7-26,95	27-32,2	100,5-117,25	114,9-134,05	705-822,5	816-952



Согласовано:
 директор
Мирошниковская СШ
Мирошниковская СШ
 09.02.2017

Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
 /Коргоножко Е.Ю.
Е.Ю. Коргоножко

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда		Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал		
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
1	2				Б	Ж	У			

неделя 1 / день 4

Завтрак

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник

рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лапиной.-М. 2004- 640с; Таблицы

Химического состава и колорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; ДеЛи

Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	7,51	60	100	0,89	1,48	5,41	6,01	7,43	8,26	55,68	92,8
234/2017м	котлета рыбная (минтай)	31	90	100	11,78	13,09	4,68	5,20	6,74	7,48	116,20	129,11
331/2017с	соус сметанный с томатом	4	20	20	0,34	0,34	0,99	0,99	1,40	1,40	16,02	16,02
171/2017м	каша рисовая рассыпчатая с маслом	11	150	180	3,70	4,43	4,80	5,76	36,50	43,80	203,50	244,50
701/2010м	хлеб пшеничный	1	30	40	2,37	3,16	0,30	0,40	14,49	19,32	70,14	96,52
377/2017м	Чай с сахаром и лимоном	10	200	200	0,13	0,13	0,02	0,02	15,2	15,2	62	62
	Итого	64,51 Р	560	640	19,21	22,63	16,2	18,38	81,76	95,46	523,54	640,95
Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%			500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680

Обед

54-17с\2022н	Суп овощной со сметаной	9	200/10	250/10	1,66	2,02	5,31	6,31	8,42	10,42	88,16	106,16
259/2017м	Жаркое по домашнему	30	200	250	18,1	22,62	18,7	23,4	19,2	24	317,5	396,87
349/2017м	Компот из сухофруктов	15	200	200	0,66	0,66	0,09	0,09	32,14	32,14	132,8	132,8
701\2010м	Хлеб пшеничный	2	40	40	3,16	3,16	0,4	0,4	19,32	19,32	93,52	93,52
702\2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	2	50	60	2,8	3,36	0,55	0,66	24,7	29,64	114,95	137,94
	Итого за обед	58,00 Р	700	810	26,38	31,82	25,05	30,86	103,78	115,52	746,93	867,29
Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%			700	800	23,1-26,95	27-31,5	23,7-26,95	27-32,2	100,5-117,25	114,9-134,05	705-822,5	816-952



Согласовано
директор

09.08.2022



Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг

09.08.2022

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	вес блока		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность ккал		
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	
1	2												

неделя 1 / день 5

Завтрак

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лапшиной.-М. 2004- 640с; Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; ДеЛи

182/2017м	каша молочная жидкая ячневая, с маслом и сахаром	33	250	280	9,31	10,42	10,98	12,29	39,18	43,88	292,78	327,91
15/2017м	сыр твердых сортов (порция)	18,51	10	10	2,30	2,30	2,90	2,90	0,00	0,00	35,87	35,87
701/2010м	хлеб пшеничный	3	40	60	3,16	4,74	0,4	0,6	19,32	28,98	95,52	140,28
378/2017м	чай с молоком	10	200	200	1,52	1,52	2,35	2,35	15,9	15,9	90,83	90,83
	Итого	64,51	500,0	550,0	16,3	19,0	16,6	18,1	74,4	88,8	515,0	594,9

Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%

Обед

53-3с\2022н	Рассольник ленинградский (перловка)	8	200	250	1,92	2,4	5,14	6,24	13,22	16,52	106,62	133,3
289\2017м	Рагу из пшны	30	200	250	13,16	16,45	17,04	21,30	17,62	22,00	276,48	345,60
348\2017 м	Компот из смеси сухофруктов с изюмом	15	200	200	1,3	1,3	0,08	0,08	33,6	33,6	140,64	140,64
701\2010 м	Хлеб пшеничный	3	50	50	3,95	3,95	0,5	0,5	24,15	24,15	116,9	116,9
702\2010м	Хлеб ржано-пшеничный	2	50	60	2,8	3,36	0,55	0,66	24,7	29,64	114,95	137,94
	Итого за обед	58,00 Р	700	810	23,13	27,46	23,31	28,78	113,29	125,91	755,6	874,4
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%		700	800	23,1-26,95	27-31,5	23,7-26,95	27-32,2	100,5-117,25	114,9-134,05	705-822,5	816-952



Согласовано:
 директор ООО «Бизнес Консалтинг»
 Короткожко Е.Ю.
 09.08.2022

Утверждено
 Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
 Короткожко Е.Ю.
 09.08.2022

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Цена руб	вес блюда		Пищевые вещества/г						Энергет. ценность ккал		
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет		
1	2												

неделя 2/ день 6

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник

Завтрак

рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лапиной.-М. 2004- 640с; Таблицы

Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник,-М.; ДеЛи

Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

101/2004л	консервы закусочные (икра кабачковая)	8,51	100	100	1,63	1,63	2,82	2,82	8,72	8,72	67	67
295/332/2017м	биточки, котлеты куриные	20	90	100	9,16	10,18	11,33	10,2	6,36	7,07	133,06	147,85
332/2017м	соус сметанный с луком	3	20	20	0,32	0,32	1,17	1,17	1,41	1,41	17,5	17,5
203/2017м	макароны отварные с маслом	20	150	180	5,40	6,48	5,88	4,90	32,80	39,36	196,80	236,16
376/2017м	чай с сахаром	10	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60
701/2010м	хлеб пшеничный	3	30	40	2,37	3,16	0,40	0,30	14,49	19,32	70,14	96,52
	Итого	64,51 Р	590	640	18,95	21,84	21,62	19,41	78,78	90,88	544,5	625,03
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	18-23	15,8-19,75	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680

Обед

54-25с\2022н	Суп картофельный с бобовыми (горох)	8	200	250	4,39	5,49	6,15	4,2	13,44	16,53	111,6	136,25
54-12м\2022н	Плов из птицы	30	200	250	12,54	15,68	24,32	19,46	17,76	22,2	296,34	337
349\2017м	Компот из сухофруктов	15	200	200	0,66	0,66	0,09	0,09	32,14	32,14	132,8	132,8
701\2010 м	Хлеб пшеничный	3	50	50	3,95	3,95	0,5	0,5	24,15	24,15	116,9	116,9
702\2010м	Хлеб ржано-пшеничный	2	50	60	2,8	3,36	0,66	0,55	24,7	29,64	114,95	137,94
	Итого за обед	58,00 Р	700	810	24,34	29,14	31,72	24,80	112,19	124,66	772,59	860,89
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%		700	800	23,1-26,95	27-31,5	27-32,2	23,7-26,95	100,5-117,25	114,9-134,05	705-822,5	816-952



Сотласовано
директор



Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
/Коргоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда		Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал			
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
1	2										

неделя 2 / день 7

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник

Завтрак

рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

общеобразовательных школах. Под редакцией В.Г. Лапиной.-М. 2004- 640с; Таблицы

Химического состава и колорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; ДеЛи

Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

181/2017м	каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	24,00	200	250	8,30	10,37	9,97	12,46	18,88	23,60	198,45	248,06
399/2017м	блинчики с повидлом	11,51	70	70	3,83	3,83	5,86	5,86	18,11	18,11	140,50	140,50
701/2010м	хлеб пшеничный	3	40	50	3,16	3,95	0,4	0,5	19,32	24,15	95,52	116,9
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	16	100	100	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	47,00	47,00
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	10	200	200	0,13	0,13	0,02	0,02	15,2	15,2	62	62
	Итого	64,51	610	670	15,82	18,68	16,65	19,24	81,31	90,86	543,47	614,46
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680

Обед

54-28с\2022н	Борщ с капустой и картофелем	8	200	250	1,44	1,8	3,93	4,92	8,75	10,93	83	103,75
54-11р\2022н	Рыба тушеная с овощами	23	90	100	11,7	13	14,44	17,26	5,3	5,88	197,96	219,9
171\2017м	Каша ячневая рассыпчатая с маслом	10	150	180	5,9	7,08	7	8,4	40,6	48,72	249,5	299,4
377\2017м	чай с лимоном	13	200	200	0,13	0,13	0,02	0,02	15,2	15,2	62	62
701\2010 м	Хлеб пшеничный	2	40	40	3,16	3,16	0,4	0,4	19,32	19,32	93,52	93,52
702\2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	2	50	50	2,8	2,8	0,55	0,55	24,7	24,7	114,95	114,95
	Итого за обед	58,00 Р	730	820	25,13	27,97	26,34	31,55	113,9	124,8	800,9	893,5
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%		700	800	23,1-26,95	27-31,5	23,7-26,95	27-32,2	100,5-117,25	114,9-134,05	705-822,5	816-952



Утверждено
 Директор ООО Бизнес Консалтинг
 /Кортоножко Е.Ю.
Е.Ю. Кортоножко



Согласовано:
 директор
 Мирошниковская СШ
В.Г. Лапшиной
 09.09.2022

10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	вес блюда		Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал	
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	Ж	У	7-11 лет	12-18 лет

Завтрак

Сборник рецептов под редакцией МП Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под редакцией В.Г. Лапшиной.-М. 2004- 640с; Таблицы Химического состава и колорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.; ДеЛи

неделя 2 / день 8

52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	7,51	60	100	0,89	1,48	5,41	6,01	7,43	8,26	55,68	92,8
282/332/2017м	оладьи из пшена с морковью	20	90	100	12,39	13,77	9,20	10,22	12,60	14,00	182,76	203,07
332/2017м	соус сметанный с луком	3	20	20	0,32	0,32	1,17	1,17	1,41	1,41	17,5	17,5
310/2017м	картофель отварной	20	150	180	3	3,6	0,6	0,72	23,7	28,44	112,2	134,64
701/2017м	хлеб пшеничный	1	30	40	2,37	3,16	0,30	0,40	14,49	19,32	70,14	96,52
376/2017м	чай каркаде	13	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60
	Итого	64,51 Р	560	640	19,04	22,4	16,7	18,54	74,63	86,43	498,28	604,53
			500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680

Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%

Обед

54-4с\2022н	Расольник домашний	8	200	250	1,92	2,4	5,14	6,24	13,22	16,52	106,62	133,3
54-3м\2022н	Голубцы ленивые	20	90	100	9,93	11,03	12,66	14,06	5,76	6,40	176,70	196,33
203\2017м	Макаронны отварные с маслом	15	150	180	5,4	6,48	4,9	5,88	32,8	39,35	196,8	236,16
376\2017м	Чай с сахаром	10	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60
701\2010 м	Хлеб пшеничный	3	50	50	3,95	3,95	0,5	0,5	24,15	24,15	116,9	116,9
702\2010 м	Хлеб ржано-пшеничный	2	50	60	2,8	3,36	0,55	0,66	24,7	29,64	114,95	137,94
	Итого за обед	58,00 Р	740	840	24,07	27,29	23,77	27,36	115,63	131,06	771,97	880,63
			700	800	23,1-26,95	27-31,5	23,7-26,95	27-32,2	100,5-117,25	114,9-134,05	705-822,5	816-952

Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%



10-ти дневное меню для обеспечения двухразовым питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет и 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена руб	вес блока		Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал		
			7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет	7-11 лет	12-18 лет
1	2				Б	Ж	У			

неделя 2 / день 9

Сборник рецептов под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г 544с; Сборник

Завтрак

рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при

общеобразовательных школах. Под редакцией В.Т. Лапиной.-М. 2004- 640с; Таблицы

Химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник.-М.: ДеЛи

Принт, 2008.-276с. Скурутин И.М., Тутельман В.А

120/2017м	суп молочный с макаронными изделиями	28	250	300	5,47	6,90	4,75	5,70	17,95	21,54	150,00	180,00
14/2017м	маслс порциями	11,51	10	10	0,8	0,8	7,25	7,25	0,13	0,13	66	66
П.Т	печенье топленое молоко	12	30	30	5,5	5,5	6	6	15,8	15,8	139,2	139,2
701/2010м	хлеб пшеничный	3	40	40	3,16	3,16	0,40	0,40	19,32	19,32	96,52	96,52
379/2017м	кофейный напиток с молоком	10	200	200	4,07	4,07	4,6	4,6	13,72	13,72	112,56	112,56
	Итого	64,51 Р	530	580	19,0	20,4	23,0	24,0	66,9	70,5	564,3	594,3
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%		500	550	15,4-19,25	18-22,5	15,8-19,75	18-23	67-83,75	76,6-95,75	470-587,5	544-680

Обед

101\2017м	Суп картофельный с крупой (пшено)	8	200	250	1,95	2,4	3,9	4,9	12,5	15,6	93,1	116,4
259\2017м	Жаркое по домашнему	30	200	250	18,1	22,62	18,7	23,4	19,2	24	317,5	396,87
376\2017м	Чай с Каркаде	14	200	200	0,07	0,07	0,02	0,02	15	15	60	60
701\2010м	Хлеб пшеничный	3	50	50	3,95	3,95	0,5	0,5	24,15	24,15	116,9	116,9
702\2010м	Хлеб ржано-пшеничный	3	50	60	3,36	3,36	0,66	0,66	29,64	29,64	137,94	137,94
	Итого за обед	58,00 Р	700	810	27,43	32,40	23,75	29,45	100,50	108,41	725,4	828,1
	Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%		700	800	23,1-26,95	27-31,5	23,7-26,95	27-32,2	100,5-117,25	114,9-134,05	705-822,5	816-952

