

Согласовано:

Handwritten signature

“ ”

2024г



Утверждаю:

и.о.директора

МКУ "КП и СП"

Handwritten signature

Габдеева Е.А.



“ 16 ” 01 2024г

МЕНЮ
для организованного питания
учащихся с 7 до 11 лет
первая смена

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	микроэлементы				витамины		№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		Na	K	Ca	Fe	B	C	
2 неделя												
понедельник												
Завтрак 1-4 классы 1 смена												
котлета домашняя	90	13,0	21,0	11,0	281,0	624,0	228,0	15,0	2,0	0,0	0,0	476/97
рис отварной	150	14,00	6,00	31,00	223,00	588,00	440,00	65,00	4,00	0,00	0,00	465/96
соус краснодарский	20	0,00	0,00	8,00	33,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	438/01
Чай с сахаром	200	0,0	0,0	15,0	57,0	1,0	25,0	5,0	1,0	0,0	0,0	627/96
батон	50	4,0	1,0	27,0	138,0	156,0	49,0	8,0	0,0	0,0	0,0	35/01
итого	510	31,0	28,0	92,0	732,0	1369,0	742,0	93,0	7,0	0,0	0,0	
вторник												
Завтрак 1-4 классы 1 смена												
шницель рубленый из свинины	90	12,0	28,0	16,0	364,0	635,0	254,0	41,0	2,0	0,0	0,0	416/96
каша гречневая рассыпчатая	150	6,0	10,0	28,0	222,0	583,0	170,0	17,0	3,0	0,0	0,0	297/4
масло сливочное	10	0,0	0,0	8,0	75,0	1,0	2,0	1,0	0,0	0,0	0,0	22/97
напиток яблочный	200	2,0	0,0	27,0	111,0	7,0	70,0	4,0	1,0	0,0	4,0	190
батон	25	2,0	1,0	13,0	69,0	78,00	25,00	4,00	0,00	0,00	0,00	35/ттк
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,0	115,0	16,0	2,0	0,0	0,0	299
итого	500	26,0	40,0	108,0	826,0	1691,0	636,0	83,0	8,0	0,0	4,0	
среда												
Завтрак 1-4 классы 1 смена												
кнели студенческие из горбуши	90	16,0	8,0	6,0	166,0	455,0	41,0	28,0	0,0	0,0	0,0	729/03
пюре картофельное по-домашнему	150	3,0	5,0	24,0	159,0	1214,0	853,0	27,0	1,0	0,0	30,0	226/01ттк
масло сливочное	10	0,0	0,0	8,0	75,0	1,0	2,0	1,0	0,0	0,0	0,0	22/97
напиток из смеси сухофруктов	200	3,0	0,0	26,0	171,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	588/96
батон оздоровительный	50	4,0	1,0	24,0	121,0	234,0	47,0	8,0	0,0	0,0	0,0	882/01
итого	500	26,0	14,0	88,0	692,0	1904,0	944,0	64,0	1,0	0,0	30,0	
четверг												
Завтрак 1-4 классы 1 смена												
биточек рубленый из птицы	90	20,0	7,0	16,0	207,0	597,0	66,0	38,0	1,0	0,0	0,0	498/4
рожки отварные	150	4,0	6,0	39,0	229,0	1008,0	55,0	11,0	1,0	0,0	0,0	273/96
масло сливочное	10	0,0	0,0	8,0	75,0	1,0	2,0	1,0	0,0	0,0	0,0	22/97
напиток из кураги	200	1,0	0,0	28,0	116,0	3,0	265,0	25,0	1,0	0,0	1,0	65/96
батон	25	2,0	1,0	13,0	69,0	78,0	25,0	4,0	0,0	0,0	0,0	35
хлеб ржаной	25	3,00	1,00	16,00	85,00	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	99/02
итого	500	30,0	15,0	120,0	781,0	1974,0	628,0	95,0	5,0	0,0	1,0	
пятница												
Завтрак 1-4 классы 1 смена												
запеканка творожная	180	51,0	39,0	24,0	656,0	357,0	492,0	348,0	6,0	1,0	1,0	634/05
соус абрикосовый	50	0,0	0,0	33,0	127,0	1,0	10,0	9,0	0,0	0,0	0,0	577/96
чай с сахаром и лимоном	200/7	0,0	0,0	15,0	57,0	1,0	25,0	5,0	1,0	0,0	0,0	629/96
батон	65	5,00	2,00	36,00	179,00	203,00	64,00	11,00	1,00	0,00	0,00	880/28
итого	502	56,0	41,0	108,0	1019,0	562,0	591,0	373,0	8,0	1,0	1,0	
суббота												
Завтрак 1-4 классы 1 смена												
шницель рубленый из говядины	90	10,0	17,0	16,0	250,0	640,0	282,0	42,0	2,0	0,0	0,0	451/4
каша гречневая рассыпчатая	150	6,0	10,0	28,0	222,0	583,0	170,0	17,0	3,0	0,0	0,0	297/4
напиток яблочный	200	2,0	0,0	27,0	111,0	7,0	70,0	4,0	1,0	0,0	4,0	190ттк
батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	35/02
итого	515	24,0	29,0	111,0	789,0	1464,0	596,0	76,0	7,0	0,0	4,0	
итого за 6 дней					4939,0							
среднее значение за период					823,2							

Примечание

Для приготовления блюд используются:

- соль йодированная

- режисен "РД"

При составлении меню использована нормативная документация: сборники рецептур 1996г. 1997г. 2004г. ТТК.

В примерном меню допускается замена продуктов блюд и кулинарных изделий на другие при условии их соответствия по пищевой ценности и в соответствии с таблицей замены пищевых продуктов

главный технолог

Исупова Л.И.

Исупова Л.И.