

Согласовано:

Директор средней школы-интернат №17

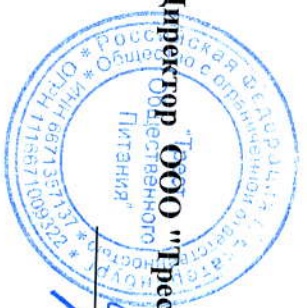
Н.Ю. Самойленко.



Утверждаю:

Директор ООО "Трест Общественного Питания"

Афоничев И.Д.



ПРИМЕРНОЕ 10 - (ДЕСЯТИТИДНЕВНОЕ) КРУГЛОГОДИЧНОЕ МЕНЮ

ДАЯ Муниципальное бюджетное общеобразовательное школа-интерна
«Общеобразовательная школа-интернат среднего общего образования №17 «Юные
спасатели МЧС»
ДАЯ УЧАЩИХСЯ 1-4 КЛАССА ГОРЯЧЕЕ ПИТАНИЕ

«Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий, для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации». 2013 Уральский региональный центр питания, под редакцией А.Д. Перевадова.)

Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений профессионального образования, специализир.учреждений д/несовершеннолетних, нуждающихся в соц.реабилитации

"Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения" СанПиН 2.3/2.4.3590-20

2023 г.

Возрастная категория: Учащиеся 1-4 класс Горячее питание

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 1								
ЗАВТРАК	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,70	6,40	38,91	248,59	237	
	Котлета мясная	90	19,10	12,39	16,27	247,85	381	26,80 Р
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,02	39,82	23	51,40 Р
	Хлеб пшеничный	30	2,11	0,33	13,89	118	12	5,00 Р
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30	2,11	0,33	13,89	64,8	110	2,50 Р
ИТОГО		500	32,22	19,45	92,98	719,06		88,20 Р

Возрастная категория: Учащиеся 1-4 класс Горячее питание

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 2								
ЗАВТРАК	Котлеты из мяса	90	19,10	12,39	16,27	247,85	381	
	Рагу из овощей	150	3,52	8,01	15,55	149,69	10	51,40 Р
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,02	39,82	23	26,80 Р
	Хлеб пшеничный	30	1,92	0,24	11,98	59	12	5,00 Р
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30	1,75	0,27	11,57	54	110	2,50 Р
ИТОГО		500	26,49	20,91	65,39	550,36		88,20 Р

Возрастная категория: Учащиеся 1-4 класс Горячее питание

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 4								
ЗАВТРАК	Биточки из мяса	90	19,10	12,39	16,27	247,85	381	
	Каша перловая рассыпчатая	150	4,74	5,16	33,54	199,79	242	51,40 Р
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,02	39,82	23	25,30 Р
	Хлеб пшеничный	40	3,08	0,38	19,16	94,4	12	5,00 Р
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	25	1,75	0,27	11,57	54	110	4,00 Р
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		505	28,87	18,2	90,56	635,86		2,50 Р
								88,20 Р

Возрастная категория: Учащиеся 1-4 класс Горячее питание

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 5								
ЗАВТРАК	Печень говяжья по-строгановски	45/45	14,72	11,30	3,52	174,28	86	51,45 Р
	Рис припущенный	150	3,54	6,05	32,40	198,15	92	17,75 Р
	Чай с молоком	200	1,66	1,60	12,38	69,82	34	6,50 Р
	Хлеб пшеничный	40	3,08	0,38	19,16	94,4	12	4,00 Р
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	25	1,75	0,27	11,57	54	110	2,50 Р
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		505	24,75	19,6	79,03	590,65		88,20 Р

Возрастная категория: Учащиеся 1-4 класс Горячее питание

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 6								
ЗАВТРАК	Макаронные изделия отварные	150	5,67	0,67	29,04	144,9	9	
	Шницели из мяса	90	19,10	12,39	16,27	247,85	381	22,60 Р
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,02	39,82	23	54,10 Р
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30	2,11	0,33	13,89	64,8	110	5,00 Р
	Хлеб пшеничный	40	3,08	0,38	19,16	94,4	12	2,50 Р
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		510	30,16	13,77	88,38	591,77		4,00 Р 88,20 Р

Возрастная категория: Учащиеся 1-4 класс Горячее питание

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 7								
ЗАВТРАК	Гуляш из отварного мяса	45/45	15,45	16,50	3,15			
	Макароны отварные с овощами	150	6,43	6,42	31,57	222,75	106	52,90 Р
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	10,02	208,95	46	23,80 Р
	Хлеб пшеничный	40	3,08	0,38	19,16	39,82		5,00 Р
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	25	1,75	0,27	11,57	94,4	23	4,00 Р
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		505	26,91	23,57	75,47	619,92	110	88,20 Р

Возрастная категория: Учащиеся 1-4 класс Горячее питание

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 8								
ЗАВТРАК	Картофельное пюре	150	15,75	11,25	9,75	198	17	21,60 Р
	Котлеты рыбные	90	15,42	3,28	9,91	127,32	96	53,60 Р
	Хлеб пшеничный	40	3,08	0,38	19,16	94,4		4,00 Р
	Хлеб столовый (ржанос-пшеничный)	25	1,75	0,27	11,57	54	12	2,50 Р
	Чай с молоком	200	1,66	1,60	12,38	69,82	34	6,50 Р
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		505	37,66	16,78	62,77	543,54		88,20 Р

Возрастная категория: Учащиеся 1-4 класс Горячее питание

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 9								
ЗАВТРАК	Курица в соусе томатном	90/20	18,55	22,78	2,29	288,32	405	
	Чай с молоком	200	1,66	1,60	12,38	69,82	34	56,60 Р
	Хлеб пшеничный	25	1,92	0,24	11,98			6,50 Р
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	25	1,75	0,27	11,57	59	12	2,50 Р
	Каша перловая рассыпчатая	180	5,69	6,19	40,25	54	110	2,50 Р
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		520	29,57	31,08	78,47	239,74	242	20,10 Р
						710,88		88,20 Р

Возрастная категория: Учащиеся 1-4 класс Горячее питание

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 10								
ЗАВТРАК	Котлеты, припущенные из курицы	90	13,50	9,64	8,36	169,71	16	
	Чай с молоком	200	1,66	1,60	12,38	69,82		57,90 Р
	Рис припущенный	150	3,54	6,05	32,40	198,15	34	6,50 Р
	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	40	2,81	0,44	18,52	86,4		17,30 Р
	Хлеб пшеничный	40	3,08	0,38	19,16	94,4	110	2,50 Р
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		520	24,59	18,11	90,82	618,48	12	88,20 Р