



УТВЕРЖДАЮ

ИП ШМАКОВА Н.В. Талля



СОГЛАСОВАНО

Директор

С.М. Шмакова

С.М. Шмакова

С.М. Шмакова

С.М. Шмакова

С.М. Шмакова

С.М. Шмакова

**МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ОСНОВНОГО (ОРГАНИЗОВАННОГО) ПИТАНИЯ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ВОЗРАСТНОЙ ГРУППЫ 7-11 ЛЕТ
НА ПЕРИОД ДВЕ НЕДЕЛИ
В ВИДЕ ГОРЯЧЕГО ЗАВТРАКА (на весенний период)**

СОГЛАСНО: СанПиН 2.3/2.4.23590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» Постановление от 27 октября 2020 г. № 32 пл. 8.1.2 и 8.1.7 и Приложения №8

(ГОРОДСКОЙ ОКРУГ СУДАК)

Наименование сборника рецептов:
Сборник рецептов на продукцию для обучающихся
во всех образовательных учреждениях
/М.Г. Могильный, В.А.Тутельян.- М.,2015.-544 с.

2022 г

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

Возрастная категория 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 1 День 1 ЗАВТРАК	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ И СЫРОМ	150/5/15	9.1	8.5	36.0	255.2	204	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1	0.0	12.4	49.8	376	2011
	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	20	1.5	2.0	14.9	83.4	СРБ	2022
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.0	0.4	11.9	60.3	СРБ	2022
	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	60	0.2	0.2	4.9	23.5	338	2011
Итого за прием пищи:	Итого за прием пищи:	460	12,9	11,1	80,1	472,2		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 1 День 2	ЗАВТРАК	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/10	5.9	10.0	46.3	177	2011
		КИСЛО МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ	180	5.2	4.5	7.2	386	2011
		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	20	1.5	2.0	14.9	СРБ	2022
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.1	0.2	20.1	СРБ	2022
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.0	0.4	11.9	СРБ	2022
		Итого за прием пищи:	480	17,7	17,1	100,4	632,7	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г				Углевод ы, г
Неделя 1 День 3								
ЗАВТРАК	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА ,МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	100/30	17.8	12.1	22.8	274.8	223	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6	0.2	0.0	6.2	26.1	377	2011
	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	80	0.3	0.3	7.8	37.6	338	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	30	2.0	0.4	11.9	60.3	СРБ	2022
	Итого за прием пищи:		426	20,3	12,8	44,7	398,8	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 1 День 4								
	ЗАВТРАК							
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	16.6	21.3	40.8	422.1	291	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6	0.2	0.0	6.2	26.1	377	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.1	0.2	20.1	94.7	СРБ	2022
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.0	0.4	11.9	60.3	СРБ	2022
	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	80	0.3	0.3	7.8	37.6	338	2011
Итого за прием пищи:		536	22,2	22,2	86,8	640,8		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 1 День 5 ЗАВТРАК	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ С М/СЛ.	200/10	6.0	9.8	31.8	239.8	181	2011
	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	20	1.5	2.0	14.9	83.4	СРБ	2022
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6	0.2	0.0	6.2	26.1	377	2011
	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	80	0.3	0.3	7.8	37.6	338	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.1	0.2	20.1	94.7	СРБ	2022
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.0	0.4	11.9	60.3	СРБ	2022
	Итого за прием пищи:	566	13,0	12,9	107,2	601,0		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 2 День 6	ЗАВТРАК							
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ И СЫРОМ	150/5/15	9.1	8.5	36.0	255.2	204	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6	0.2	0.0	6.2	26.1	377	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.1	0.2	20.1	94.7	СРБ	2022
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.0	0.4	11.9	60.3	СРБ	2022
	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	80	0.3	0.3	7.8	37.6	338	2011
Итого за прием пищи:		506	14,7	9,4	82,0	473,9		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г				
Неделя 2 День 7	ЗАВТРАК	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/10	5.9	10.0	46.3	298.9	177	2011
		НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,1	0,0	18,7	82,7	388	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.1	0.2	20.1	94.7	СРБ	2022
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.0	0.4	11.9	60.3	СРБ	2022
		ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	80	0.3	0.3	7.8	37.6	338	2011
		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	20	1.5	2.0	14.9	83.4	СРБ	2022
		Итого за прием пищи:	560	12,9	12,9	119,7	657,6		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 2 День 8 ЗАВТРАК	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	106/10	10,9	19,6	2,2	227,2	210	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,0	2,2	24,0	127,9	379	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	СРБ	2022
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,4	11,9	60,3	СРБ	2022
	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	80	0,3	0,3	7,8	37,6	338	2011
Итого за прием пищи:		446	19,3	22,7	66,0	547,7		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г				
Неделя 2 День 9									
	ЗАВТРАК	КАША ПШЕНИЧНАЯ ИЛИ ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200 /10	5.9	10.0	46.3	298.9	173	2011
		СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ	180	0.9	0.2	18.2	82.8	389	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.1	0.2	20.1	94.7	СРБ	2022
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.0	0.4	11.9	60.3	СРБ	2022
		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	40	3.0	4.0	29.8	166.8	СРБ	2022
	Итого за прием пищи:		500	15,0	14,6	111,8	644,4		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 2 День 10	ЗАВТРАК							
Итого за прием пищи:	Итого за прием пищи:	90	8,7	13,7	7,0	187,2	297-331	2011
		150/5	4,1	7,6	24,4	181,9	303.3	2011
		180	5,2	4,5	7,2	95,4	386	2011
		20	1,5	2,0	14,9	83,4	СРБ	2022
		40	3,1	0,2	20,1	94,7	СРБ	2022
		30	2,0	0,4	11,9	60,3	СРБ	2022
		515	24,6	28,4	85,5	702,9		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Нормативное значение	15,4-19,3	15,8-19,8	67,0-83,8	470,0-587,5
Фактическое значение	17,3	16,4	88,43	577,2

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей 7-11 лет	Завтрак(не менее 500)
Фактическое значение	500



УТВЕРЖДАЮ

ИП ШМАКОВА

Н.В. Шмакова

Владимирова



СОГЛАСОВАНО

М. М. Ревина

Директор школы
Павлова Елена Сергеевна
Согласовано с директором
школы

**МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД ОСНОВНОГО (ОРГАНИЗОВАННОГО) ПИТАНИЯ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ВОЗРАСТНОЙ ГРУППЫ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ
НА ПЕРИОД ДВЕ НЕДЕЛИ**

В ВИДЕ ГОРЯЧЕГО ОБЕДА (на весенний период)

СОГЛАСНО: СанПиН 2.3/2.4.23590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» Постановление от 27 октября 2020 г. № 32 пп. 8.1.2 и 8.1.7 и Приложения №8

(ГОРОДСКОЙ ОКРУГ СУДАК)

Наименование сборника рецептов:
Сборник рецептов на продукцию для обучающихся
во всех образовательных учреждениях
/М.Г. Могильный., В.А.Тутельян.- М.,2015.-544 с.

УТВЕРЖДАЮ

2022 г

СОГЛАСОВАНО

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
Возрастная категория: от 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 1 День 1								
ОБЕД	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЛИ КВАШЕНЫЕ / ПО СЕЗОНУ/	100	0.8	0.1	1.7	13.0	70/71	2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2.0	5.0	13.0	105.8	82	2011
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С М/СЛ	100/5	16.7	21.5	15.1	320.7	295	2011
	КАША РАССЫПЧАТАЯ ЯЧНЕВАЯ ИЛИ ПЕРЛОВАЯ С М/СЛ	180/5	5.8	8.8	37.0	248.3	302	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0.1	0.1	9.5	40.7	342.1	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4.6	0.4	30.1	142.1	СРБ	2022
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.0	0.4	11.9	60.3	СРБ	2022
	Итого за прием пищи:	910	32,0	36,4	118,3	930,7		
	Всего за день:	1440	48,7	50,1	224,2	1544,1		
Итого за прием пищи: Всего за день:								

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 1 День 2 ОБЕД	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	50	1,0	1,7	3,7	32,7	321	2011
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,3	5,3	16,4	122,4	96	2011
	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ, СОУС	110	10,4	9,6	12,9	181,6	239	2011
	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С М/СЛ.	180/5	10,0	10,3	44,5	310,2	302	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	9,5	40,7	342.1	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,6	0,4	30,1	142,1	СРБ	2022
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,4	11,9	60,3	СРБ	2022
	Итого за прием пищи:	865	30,4	27,8	129,0	836,0		
	Всего за день:	1375	50,3	46,1	245,9	1554,2		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 1 День 3 ОБЕД	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	1.5	6.1	8.2	93.4	52	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ РИСОВОЙ	250	2.1	2.8	16.9	101.5	101	2011
	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	100	13.8	15.1	3.7	212.3	290	2011
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С М/СЛ	180/5	6.5	8.4	40.6	260.8	309	2011
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0.4	0.0	27.8	113.7	349	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4.6	0.4	30.1	142.1	СРБ	2022
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.0	0.4	11.9	60.3	СРБ	2022
	Итого за прием пищи:	905	30,9	33,2	139,2	984,1		
	Всего за день:	1411	60,9	52,3	205,3	1549,8		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г				
Неделя 1 День 4	ОБЕД	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЛИ КВАШЕНЫЕ / ПО СЕЗОНУ/	100	0.8	0.1	1.7	13.0	70/71	2011
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ГОРОХОВЫЙ / ИЛИ ФАСОЛЕВЫЙ /	250	5.8	5.4	19.0	147.3	102	2011
		ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ / ИЛИ СЕРДЦЕ В СОУСЕ /	100	13.6	10.8	7.5	189.1	255-262	2011
		КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ПШЕНИЧНОЙ "АРТЕК" С М/СЛ.	180/5	4.7	8.3	28.2	205.8	303.3	2011
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0.1	0.1	9.5	40.7	342.1	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4.6	0.4	30.1	142.1	СРБ	2022
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.0	0.4	11.9	60.3	СРБ	2022
		Итого за прием пищи:	905	31,6	25,5	107,9	798,3		
		Всего за день:	1481	55,3	48,0	205,7	1492,3		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г				
Неделя 1 День 5	ОБЕД	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЛИ КВАШЕННЫЕ / ПО СЕЗОНУ/	100	0.8	0.1	1.7	13.0	70/71	2011
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОВСЯНЫМИ ХЛОПЬЯМИ	250	5,5	2,8	12,1	85,8	101	2011
		ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР, СОУС	100	9,7	15,2	8,8	234,0	297-331	2011
		КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С М/СЛ.	180/5	10.0	10.3	44.5	310.2	302	2011
		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0.4	0.0	16.4	68.4	349	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4.6	0.4	30.1	142.1	СРБ	2022
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.0	0.4	11.9	60.3	СРБ	2022
		Итого за прием пищи:	905	33,0	29,2	125,5	913,8		
		Всего за день:	1521	48,4	43,2	236,7	1550,6		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 2 День 6 ОБЕД	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	1.5	6.1	8.2	93.4	52	2011
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2.3	5.3	16.4	122.4	96	2011
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	16.6	21.3	40.8	422.1	291	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0.1	0.1	9.5	40.7	342.1	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4.6	0.4	30.1	142.1	СРБ	2022
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.0	0.4	11.9	60.3	СРБ	2022
	Итого за прием пищи:	820	27,1	33,6	116,9	881,0		
Всего за день:	Всего за день:	1396	45,1	45,0	217,1	1459,1		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 2 День 7	ОБЕД							
		ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЛИ КВАШЕННЫЕ / ПО СЕЗОНУ/	100	0.8	0.1	1.7	13.0	70/71
		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2.0	5.0	13.0	105.8	82
		КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/5	13.0	13.9	14.8	235.7	234
		КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ПШЕНИЧНОЙ "АРТЕК" С М/СЛ.	180/5	4.7	8.3	28.2	205.8	303.3
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0.1	0.1	9.5	40.7	342.1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4.6	0.4	30.1	142.1	СРБ
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.0	0.4	11.9	60.3	СРБ
		Итого за прием пищи:	910	27,2	28,2	109,2	803,4	
		Всего за день:	1520	42,4	42,4	247,4	1555,9	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 2 День 8	ОБЕД	Икра кабачковая консервированная	50	1.0	4.5	3.9	СРБ	2022
		Суп картофельный с пшеном	250	5.5	2.8	12.1	101	2011
		Птица отварная с маслом сливочным	100/5	22.6	24.8	0.5	288	2011
		Макаронные изделия отварные с м/сл.	180/5	6.5	8.6	40.6	309	2011
		Компот из смеси сухофруктов	180	0.4	0.0	27.8	349	2011
		Хлеб пшеничный	60	4.6	0.4	30.1	СРБ	2022
		Хлеб ржаной	30	2.0	0.4	11.9	СРБ	2022
		Итого за прием пищи:	860	42,6	41,5	126,9		
		Всего за день:	1346	63,4	64,5	203,9		
						1038,9		
						1639,8		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 2 День 9								
ОБЕД	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЛИ КВАШЕННЫЕ / ПО СЕЗОНУ/	100	0.8	0.1	1.7	13.0	70/71	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ГОРОХОВЫЙ / ИЛИ ФАСОЛЕВЫЙ /	250	5.8	5.4	19.0	147.3	102	2011
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	16.6	21.3	40.8	422.1	291	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0.1	0.1	9.5	40.7	342.1	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4.6	0.4	30.1	142.1	СРБ	2022
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.0	0.4	11.9	60.3	СРБ	2022
	Итого за прием пищи:	820	29,9	27,7	113,0	825,5		
	Всего за день:	1340	46,2	42,7	248,3	1572,8		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 2 День 10								

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Нормативное значение	27,0-31,5	27,6-32,2	114,9-134,1	816,0-952,0
Фактическое значение	31,6	31,1	120,1	885,3

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей 12-18 лет	Обед (не менее 800)
Фактическое значение	869

УТВЕРЖДАЮ

ИП ШМАКОВА Н.В.



СОГЛАСОВАНО

М.Г. Могильный

Директор ООО "Домашнее питание"

М.Г. Могильный

М.Г. Могильный

**МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД ОСНОВНОГО (ОРГАНИЗОВАННОГО) ПИТАНИЯ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ВОЗРАСТНОЙ ГРУППЫ 7-11 ЛЕТ
НА ПЕРИОД ДВЕ НЕДЕЛИ**

В ВИДЕ ГОРЯЧЕГО ОБЕДА (на весенний период)

СОГЛАСНО: СанПиН 2.3/2.4.23590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» Постановление от 27 октября 2020 г. № 32 пп. 8.1.2 и 8.1.7 и Приложения №8

(ГОРОДСКОЙ ОКРУГ СУДАК)

Наименование сборника рецептов:
Сборник рецептов на продукцию для обучающихся
во всех образовательных учреждениях
/М.Г. Могильный, В.А.Тутельян.- М.,2015.-544 с.

2022 г

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
Возрастная категория: от 7 до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 1 День 1	ОБЕД	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЛИ КВАШЕННЫЕ / ПО СЕЗОНУ/	60	0.5	0.1	1.0	7.8	70/71
		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1.6	4.0	10.4	84.5	82
		КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С М/СЛ	80/5	13.4	17.5	11.9	259.3	295
		КАША РАССЫПЧАТАЯ ЯЧНЕВАЯ ИЛИ ПЕРЛОВАЯ С М/СЛ	150/5	5.1	7.9	31.8	218.2	302
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0.1	0.1	9.5	40.7	342.1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3.4	0.3	22.6	106.6	СРБ
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.0	0.4	11.9	60.3	СРБ
		Итого за прием пищи:	755	26,1	30,3	99,1	777,4	
		Всего за день:	1280	39,7	45,0	200,9	1370,0	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 1 День 2 ОБЕД	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	30	0,6	1,0	2,2	19,6	321	2011
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1,9	4,1	13,2	97,8	96	2011
	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ, СОУС	110	10,4	9,6	12,9	181,6	239	2011
	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С М/СЛ.	150/5	8,6	9,4	38,3	271,5	302	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	9,5	40,7	342.1	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,4	0,3	22,6	106,6	СРБ	2022
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,4	11,9	60,3	СРБ	2022
	Итого за прием пищи:	750	27,0	24,9	110,6	778,1		
	Всего за день:	1230	44,7	42,0	211,0	1410,8		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 1 День 3	ОБЕД	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0.9	3.7	4.9	56.1	52
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	1.7	2.1	13.7	81.1	101
		ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	100	13.8	15.1	3.7	212.3	290
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С М/СЛ	150/5	5.6	7.9	35.0	230.8	309
		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0.4	0.0	27.8	113.7	349
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3.4	0.3	22.6	106.6	СРБ
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.0	0.4	11.9	60.3	СРБ
		Итого за прием пищи:	770	27.8	29.5	119.6	860.9	
		Всего за день:	1196	48,1	42,3	164,3	1259,7	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур		
			Белки, г	Жиры, г				Углевод ы, г	
Неделя 1 День 4	ОБЕД	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЛИ КВАШЕНЫЕ / ПО СЕЗОНУ/	60	0.5	0.1	1.0	7.8	70/71	2011
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ГОРОХОВЫЙ / ИЛИ ФАСОЛЕВЫЙ /	200	4.6	4.4	15.2	117.8	102	2011
		ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ / ИЛИ СЕРДЦЕ В СОУСЕ /	100	13.6	10.8	7.5	189.1	255-262	2011
		КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ПШЕНИЧНОЙ "АРТЕК" С М/СЛ.	150/5	4.1	7.6	24.4	181.9	303.3	2011
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0.1	0.1	9.5	40.7	342.1	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3.4	0.3	22.6	106.6	СРБ	2022
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.0	0.4	11.9	60.3	СРБ	2022
		Итого за прием пищи:	770	28,3	23,7	92,1	704,2		
		Всего за день:	1306	50,5	45,9	178,9	1345,0		
		Итого за прием пищи:							
		Всего за день:							

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 1 День 5 ОБЕД	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЛИ КВАШЕНЫЕ / ПО СЕЗОНУ/	60	0.5	0.1	1.0	7.8	70/71	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОВСЯНЫМИ ХЛОПЬЯМИ	200	4.4	2.2	9.7	68.6	101	2011
	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР, СОУС	90	8.7	13.7	7.0	187.2	297-331	2011
	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧЕВАЯ С М/СЛ.	150/5	8.6	9.4	38.3	271.5	302	2011
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0.4	0.0	16.4	68.4	349	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3.4	0.3	22.6	106.6	СРБ	2022
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.0	0.4	11.9	60.3	СРБ	2022
	Итого за прием пищи:	760	28,0	26,1	106,9	770,4		
	Всего за день:	1326	41,0	39,0	214,1	1371,4		
Итого за прием пищи:								
Всего за день:								

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 2 День 6	ОБЕД							
Итого за прием пищи:	Всего за день:	60	0.9	3.7	4.9	56.1	52	2011
		200	1.9	4.1	13.2	97.8	96	2011
Итого за прием пищи:	Всего за день:	200	16.6	21.3	40.8	422.1	291	2011
		180	0.1	0.1	9.5	40.7	342.1	2011
		45	3.4	0.3	22.6	106.6	СРБ	2022
		30	2.0	0.4	11.9	60.3	СРБ	2022
		715	24,9	29,9	102,9	783,6		
Итого за прием пищи:	Всего за день:	1221	39,6	39,3	184,9	1257,5		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 2 День 7								
ОБЕД	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЛИ КВАШЕННЫЕ / ПО СЕЗОНУ/	60	0.5	0.1	1.0	7.8	70/71	2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1.4	4.0	9.9	81.6	82	2011
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	80/5	10,3	11,4	11,8	191,5	234	2011
	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ПШЕНИЧНОЙ "АРТЕК" С М/СЛ.	150/5	4.1	7.6	24.4	181.9	303.3	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0.1	0.1	9.5	40.7	342.1	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3.4	0.3	22.6	106.6	СРБ	2022
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.0	0.4	11.9	60.3	СРБ	2022
	Итого за прием пищи:	755	21,8	23,9	91,1	670,4		
	Всего за день:	1315	34,7	36,8	210,8	1328,0		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 2 День 8 ОБЕД	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5	СРБ	2022
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПШЕНОМ	200	4,4	2,2	9,7	68,6	101	2011
	ПТИЦА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	80/5	18,0	19,8	0,4	251,8	288	2011
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С М/СЛ.	150/5	5,6	7,9	35,0	230,8	309	2011
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,4	0,0	27,8	113,7	349	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,4	0,3	22,6	106,6	СРБ	2022
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,4	11,9	60,3	СРБ	2022
	Итого за прием пищи:	745	34,8	35,1	111,3	891,3		
	Всего за день:	1191	54,1	57,8	177,3	1439,0		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г				
Неделя 2 День 9									
	ОБЕД	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЛИ КВАШЕННЫЕ / ПО СЕЗОНУ/	60	0.5	0.1	1.0	7.8	70/71	2011
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ГОРОХОВЫЙ / ИЛИ ФАСОЛЕВЫЙ /	200	4.6	4.4	15.2	117.8	102	2011
		ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	16.6	21.3	40.8	422.1	291	2011
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0.1	0.1	9.5	40.7	342.1	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3.4	0.3	22.6	106.6	СРБ	2022
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.0	0.4	11.9	60.3	СРБ	2022
		Итого за прием пищи:	715	27.2	26.6	101.0	755.3		
		Всего за день:	1215	42,2	41,2	212,8	1399,7		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур		
			Белки, г	Жиры, г				Углевод ы, г	
Неделя 2 День 10									
		КАПУСТА ТУШЕНАЯ	30	0,6	1,0	2,2	19,6	321	2011
	ОБЕД	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	2,3	2,2	16,2	94,1	103	2011
		ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (ИЗ ПТИЦЫ)	175	16,2	18,1	16,6	298,0	259	2011
		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,4	0,0	27,8	113,7	349	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,4	0,3	22,6	106,6	СРБ	2022
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,4	11,9	60,3	СРБ	2022
	Итого за прием пищи:		660	24,9	22,0	97,3	692,3		
	Всего за день:		1185	54,0	51,9	200,0	1499,1		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

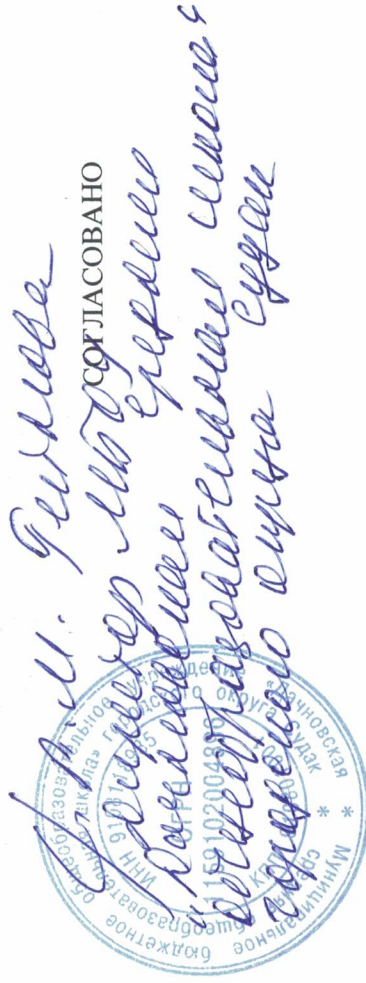
Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Нормативное значение	23,1-27,0	23,7-27,7	100,5-117,3	705,0-822,5
Фактическое значение	27,1	27,2	103,2	768,4

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей 7-11 лет	Обед (не менее700)
Фактическое значение	740

УТВЕРЖДАЮ

ИП ШМАКОВА Н.В.



**МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД ОСНОВНОГО (ОРГАНИЗОВАННОГО) ПИТАНИЯ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ВОЗРАСТНОЙ ГРУППЫ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ
НА ПЕРИОД ДВЕ НЕДЕЛИ**

В ВИДЕ ГОРЯЧЕГО ЗАВТРАКА (на весенний период)

СОГЛАСНО: СанПиН 2.3/2.4.23590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» Постановление от 27 октября 2020 г. № 32 пп. 8.1.2 и 8.1.7 и Приложения №8

(ГОРОДСКОЙ ОКРУГ СУДАК)

Наименование сборника рецептов:
Сборник рецептов на продукцию для обучающихся
во всех образовательных учреждениях
/М.Г. Могильный., В.А.Тутельян.- М.,2015.-544 с.

2022 г

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

Возрастная категория от 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 1 День 1								
	ЗАВТРАК							
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ И СЫРОМ	180/5/15	10,9	10,2	43,2	306,2	204	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1	0.0	12.4	49.8	376	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.1	0.2	20.1	94.7	СРБ	2022
	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	30	2,3	3,0	22,4	125,1	СРБ	2022
Итого за прием пищи:	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	80	0.3	0.3	7.8	37,6	338	2011
	Итого за прием пищи:	530	16,7	13,7	105,9	613,4		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 1 День 2 ЗАВТРАК	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/10	5,9	10,0	46,3	298,9	177	2011
	КИСЛО МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ	180	5,2	4,5	7,2	95,4	386	2011
	кондитерские изделия	30	2,3	3,0	22,4	125,1	СРБ	2022
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	СРБ	2022
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,5	15,9	80,4	СРБ	2022
	Итого за прием пищи:	510	19,9	18,3	116,9	718,2		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г				Углевод ы, г
Неделя 1 День 3								
ЗАВТРАК	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА ,МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	150/30	26,7	18,2	34,2	412,2	223	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6	0,2	0,0	6,2	26,1	377	2011
	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47,0	338	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,5	15,9	80,4	СРБ	2022
	Итого за прием пищи:	506	30,0	19,1	66,1	565,7		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г				Углевод ы, г
Неделя 1 День 4								
	ЗАВТРАК							
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	16,6	21,3	40,8	422,1	291	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6	0,2	0,0	6,2	26,1	377	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	СРБ	2022
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,5	15,9	80,4	СРБ	2022
	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47,0	338	2011
Итого за прием пищи:		576	23,7	22,5	97,8	694,0		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 1 День 5 ЗАВТРАК	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ С М/СЛ.	200/10	6,0	9,8	31,8	239,8	181	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6	0,2	0,0	6,2	26,1	377	2011
	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	30	2,3	3,0	22,4	125,1	СРБ	2022
	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47,0	338	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	СРБ	2022
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,5	15,9	80,4	СРБ	2022
	Итого за прием пищи:	616	15,4	14,0	111,2	636,8		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 2 День 6								
	ЗАВТРАК							
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ И СЫРОМ	180/5/15	10,9	10,2	43,2	306,2	204	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6	0,2	0,0	6,2	26,1	377	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	СРБ	2022
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,5	15,9	80,4	СРБ	2022
	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47,0	338	2011
Итого за прием пищи:	Итого за прием пищи:	576	18,0	11,4	100,2	578,1		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур		
			Белки, г	Жиры, г				Углевод ы, г	
Неделя 2 День 7	ЗАВТРАК	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/10	5,9	10,0	46,3	298,9	177	2011
		НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,1	0,0	18,7	82,7	388	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	СРБ	2022
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,5	15,9	80,4	СРБ	2022
		ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47,0	338	2011
		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	30	2,3	3,0	22,4	125,1	СРБ	2022
		Итого за прием пищи:	610	15,2	14,2	138,2	752,5		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 2 День 8								
	ЗАВТРАК							
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	106/10	10,9	19,6	2,2	227,2	210	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,0	2,2	24,0	127,9	379	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	СРБ	2022
Итого за прием пищи:	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,5	15,9	80,4	СРБ	2022
	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47,0	338	2011
		486	20,8	23,0	77,0	600,9		
	Итого за прием пищи:							

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 2 День 9	ЗАВТРАК	200 /10	5.9	10.0	46.3	298.9	173	2011
Итого за прием пищи:	КАША ПШЕНИЧНАЯ ИЛИ ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	0.9	0.2	18.2	82.8	389	2011
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ	50	3.8	0.3	25.1	118.4	СРБ	2022
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2.7	0.5	15.9	80.4	СРБ	2022
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3.0	4.0	29.8	166.8	СРБ	2022
	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	520	16,3	15,0	135,3	747,3		
Итого за прием пищи:								

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Неделя 2 День 10 ЗАВТРАК								
	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР, СОУС	100	9,7	15,2	8,8	234,0	297-331	2011
	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ЯЧНЕВОЙ ИЛИ ПШЕНИЧНОЙ "АРТЕК" С М/СЛ.	180/5	4,7	8,3	28,2	205,8	303.3	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	5,2	4,5	7,2	95,4	386	2011
	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	30	2,3	3,0	22,4	125,1	СРБ	2022
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	СРБ	2022
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,5	15,9	80,4	СРБ	2022
Итого за прием пищи:		585	28,4	31,8	107,6	859,1		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Нормативное значение	18,0-22,5	18,3-23,0	76,6-95,8	544,0-680,0
Фактическое значение	20,4	18,3	105,6	676,6

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей 12-18 лет	Завтрак(не менее 550)
Фактическое значение	552