

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Составлено:

Директор

В.А. Бабанова

Утверждаю:

И.П. Чекунов О.А.

О.А. Чекунов

1 день

Прием пищи, наименование блюда		Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	I день			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
				Пищевые вещества					
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак									
Бутерброд с сыром		50		6,1	8,7	14,8	162	3	2017
Каша "Дружба"		150		6,5	8,3	25,1	211	356	2022
Плоды свежие		100		0,4	0,4	9,8	44	338	2017
Кофейный напиток злаковый на молоке		200		3,0	1,8	26,0	124	774	2022
Итого за прием пищи:		500	137,00	16,0	19,2	75,7	541		

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано: *И.И. Баранова*
Директор

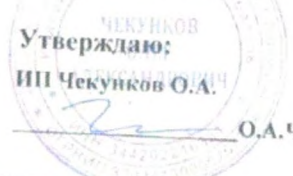
Утверждаю:
ИП Чекунов О.А.

О.А. Чекунов

2 день

2 день								
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Овощи сезонные порционно (огурцы или помидоры свежие, огурцы или помидоры соленные; капуста квашеная; морковь или свекла вареные)	60		0,9	0,1	5,3	26	т.24	1996
Плов из птицы	200		16,4	19,9	34,8	354	291	2017
Чай с сахаром	200		0,2	0,0	10,0	40	782	2022
Хлеб из муки пшеничной	40		2,7	0,8	17,6	88	23	2022
Итого за прием пищи:	500	137,00	20,2	20,8	67,7	508		

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении



3 день

О.А.Чекунков

3 день		О.А.Чекунов						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Овощи сезонные порционно (огурцы или помидоры свежие, огурцы или помидоры соленные; капуста квашеная; морковь или свекла вареные)	60		0,9	0,1	5,3	26	т.24	1996
Котлеты, биточки, шницели (из говядины)	90		12,4	14,8	11,8	231	268	2017
Бобовые отварные	150		14,1	6,9	33,5	255	306	2017
Чай каркаде с сахаром	200		0,2	0,0	15,0	58	ГТК 23А	
Хлеб из муки пшеничной	30		2,1	0,6	13,2	66	23	2022
Итого за прием пищи:	530	137,00	29,7	22,4	78,8	636		

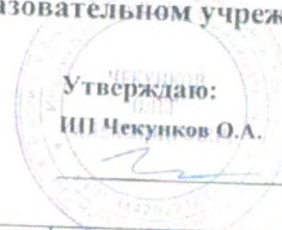
Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении



4 день

Прием пищи, наименование блюда			Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак										
Лапшевник с творогом с соусом молочным			230		10,9	15,3	38,8	257	208	2017
Чай каркаде с сахаром			200		0,2	0,0	15,0	58	ТТК 23А	
Кондитерские изделия			30		3,8	4,1	14,0	91		
Хлеб из муки пшеничной			40		2,7	0,8	17,6	88	23	2022
Итого за прием пищи:			500	137,00	17,6	20,2	85,4	494		

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении



О.А.Чесунков

5 день

Прием пищи, наименование блюда		Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
5 день									
Завтрак									
Овощи сезонные порционно (огурцы или помидоры свежие, огурцы или помидоры соленные; капуста квашеная; морковь или свекла вареные)		60		0,9	0,1	5,3	26	т.24	1996
Котлеты или биточки рыбные любительские		90		11,7	10,6	8,6	179	467	2022
Картофель отварной		150		3,6	5,8	28,6	176	310	2017
Чай фруктовый		200		0,2	0,0	12,2	43	783	2022
Хлеб из пшеничной муки		30		2,1	0,6	13,2	66	23	2022
Итого за прием пищи:		530	137,00	18,5	17,1	67,9	490		

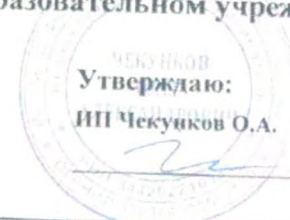
Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении



Согласовано:

Директор

ПРОГИМНАЗИЯ



Утверждаю:

ИП Чекунов О.А.

О.А. Чекунов

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Бутерброд с маслом	40		4,5	7,5	14,9	136	1	2017
Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	160		7,5	8,9	28,3	217	181	2017
Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	44	338	2017
Кофейный напиток злаковый на молоке	200		3,0	1,8	26,0	124	774	2022
Итого за прием пищи:	500	137,00	15,4	18,6	79,0	521		

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении



Согласовано:

Директор

В.В. Варабенко

Утверждаю:

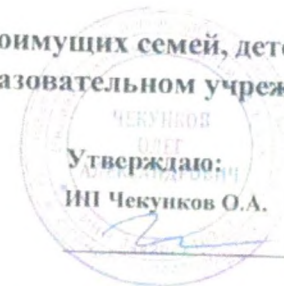
ИП Чекунов О.А.

О.А. Чекунов

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Овощи сезонные порционно (огурцы или помидоры свежие, огурцы или помидоры соленные; капуста квашеная; морковь или свекла вареные)	60		0,9	0,1	5,3	26	т.24	1996
Гуляш из мяса птицы	100		8,4	10,3	9,4	126	580	2022
Макаронные изделия отварные	150		5,3	6,2	35,3	221	309	2017
Чай каркаде с сахаром	200		0,2	0,0	15,0	58	ГТК 23А	
Хлеб из муки пшеничной	30		2,1	0,6	13,2	66	23	2022
Итого за прием пищи:	540	137,00	16,9	17,2	78,2	497		

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении



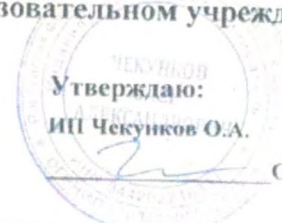
Утверждаю:
ИП Чекунов О.А.

О.А.Чекунов

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Овощи сезонные порционно (огурцы или помидоры свежие, огурцы или помидоры соленные; капуста квашеная; морковь или свекла вареные)	60		0,9	0,1	5,3	26	т.24	1996
Шницель рубленый куриный	90		11,7	11,2	14,6	189	622	2022
Рис с овощами	150		3,5	4,6	33,5	180	665	2022
Чай с сахаром	200		0,2	0,0	10,0	40	782	2022
Хлеб из муки пшеничной	30		2,1	0,6	13,2	66	23	2022
Итого за прием пищи:	530	137,00	18,4	16,5	76,6	501		

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении



9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Бутерброд с повидлом	55		4,4	5,9	27,8	156	2	2017
Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным	150		6,7	7,6	24,4	156	182	2017
Фрукты свежие	100		1,5	0,5	21,0	96	338	2017
Кофейный напиток злаковый на молоке	200		3,0	1,8	26,0	124	774	2022
Итого за прием пищи:	505	137,00	15,6	15,8	99,2	532		

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении



Утверждаю:
ИП Чекунов О.А.

О.А.Чекунов

10 день

10 день		О.А.Чекуиков						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Овощи сезонные порционно (огурцы или помидоры свежие, огурцы или помидоры соленные; капуста квашеная; морковь или свекла вареные)	60		0,9	0,1	5,3	26	г.24	1996
Тефтели (2 вариант) из говядины с соусом сметанным с томатом	90		10,0	14,1	21,6	223	279/331	2017
Каша вязкая гречневая	150		4,7	5,0	22,3	169	303	2017
Чай с сахаром	200		0,2	0,0	10,0	40	782	2022
Хлеб из муки пшеничной	30		2,0	0,6	13,2	66	23	2022
Итого за прием пищи:	530	137,00	17,8	19,8	72,4	524		