



Согласовано:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
Директор



Утверждаю:

Директор ООО "Комбинат питания"  
Н.А. Мундашева

Десятидневное меню горячего питания (обед) для детей в возрасте с 12 до 18 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, сосотоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении.

Десятидневное меню горячего питания (обед) для детей в возрасте с 12 до 18 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у физиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор

М.ОУ

Новостроковская

СШ



Утверждаю:

Директор ООО «Комбинат питания»

Н.А. Мундашева

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Обед</b>							
Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашенная капуста; вареные морковь или свекла)	100		1,5	0,2	8,8	43	1996
Суп картофельный с горохом	250		6,3	5,6	22,3	168	2017
Котлеты, биточки, шницели (из говядины)	100		13,8	16,9	13,1	257	2017
Рис с овощами	180		4,2	4,3	40,2	216	2022
Чай каркаде с сахаром	200		0,2	0,0	15,0	58	ТТК 23А
Хлеб из муки пшеничной	40		2,7	0,8	17,6	88	23
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>870</b>	<b>138,85</b>	<b>28,7</b>	<b>27,8</b>	<b>117,0</b>	<b>830</b>	

Десятидневное меню горячего питания (обед) для детей в возрасте с 12 до 18 лет, детей из малоимущих семей, детей из многолетних семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:   
 Директор



Директор ООП «Комбинат питания»  
 И.А. Мундашева

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			№ репеп-туры	Сборник репептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Обед</b>							
Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашенная капуста; вареные морковь или свекла)	100		5,0	0,3	13,8	72	т.24 1996
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной прокипяченной	260		2,1	7,4	8,2	128	88 2017
Котлеты или биточки рыбные любительские	100		13,3	12,5	4,8	196	467 2022
Картофель отварной	180		4,3	7,0	34,3	211	310 2017
Компот из плодов сухих	200		0,6	0,0	31,4	124	820 2022
Хлеб из муки пшеничной	60		4,0	1,2	26,4	132	23 2022
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>900</b>	<b>138,85</b>	<b>29,3</b>	<b>28,4</b>	<b>118,9</b>	<b>863</b>	

Десятидневное меню горячего питания (обед) для детей в возрасте с 12 до 18 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано: \_\_\_\_\_  
 Директор \_\_\_\_\_  
 «Новоостровская» СШ»

3 день

Утверждаю: \_\_\_\_\_  
 Директор ООО «Комбинат питания» \_\_\_\_\_  
 Н.А. Мундашева

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Обед</b>								
Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашенная капуста; вареные морковь или свекла)	100		1,5	0,2	8,8	43	т.24	1996
Суп томатный с рисом	250		1,8	5,6	17,0	115	282	2022
Фрикассе и курицы	100		13,2	12,0	2,3	146	599	2022
Каша рассыпчатая гречневая	180		10,4	9,4	51,1	335	302	2017
Компот из плодов сухих	200		0,6	0,0	31,4	124	820	2022
Хлеб из муки пшеничной	40		2,7	0,8	17,6	88	23	2022
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>870</b>	<b>138,85</b>	<b>30,2</b>	<b>28,0</b>	<b>128,2</b>	<b>851</b>		

Десятидневное меню горячего питания (обед) для детей в возрасте с 12 до 18 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано: \_\_\_\_\_  
 Директор  
 МКОУ  
 «Новоуровенская  
 СШ»

Утверждаю:  
 Директор ООО ПК «Комнат питания»  
 Н.А.Мундашева

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Обед</b>								
Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашенная капуста; вареные морковь или свекла)	100		5,0	0,3	13,8	72	т.24	1996
Борщ с капустой и картофелем со сметаной прокипяченной	260		2,6	8,9	13,6	145	82	2017
Биточки рубленые куриные	100		16,1	15,1	15,1	262	602	2022
Бобовые отварные	180		16,9	8,3	40,2	306	306	2017
Компот из плодов сухих	200		0,6	0,0	31,4	124	820	2022
Хлеб из муки пшеничной	30		2,0	0,6	13,2	66	23	2022
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>870</b>	<b>138,85</b>	<b>43,2</b>	<b>33,2</b>	<b>127,3</b>	<b>975</b>		

Десятидневное меню горячего питания (обед) для детей в возрасте с 12 до 18 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор



Утверждаю:

Директор ООО "Комбинат питания"



И.А. Мулдашева

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Обед</b>								
Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашенная капуста; вареные морковь или свекла)	100		5,0	0,3	13,8	72	т.24	1996
Суп картофельный с крупой	250		2,0	4,0	12,0	119	101	2017
Рагу из мяса птицы	220		18,1	22,1	32,1	372	598	2022
Компот из плодов сухих	200		0,6	0,0	31,4	124	820	2022
Хлеб из муки пшеничной	60		4,0	1,2	26,4	132	23	2022
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>830</b>	<b>138,85</b>	<b>29,7</b>	<b>27,6</b>	<b>115,7</b>	<b>819</b>		

Десятидневное меню горячего питания (обед) для детей в возрасте с 12 до 18 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор



Утверждаю:

Директор ООО «Комбинат питания»

Н.А. Мундашева

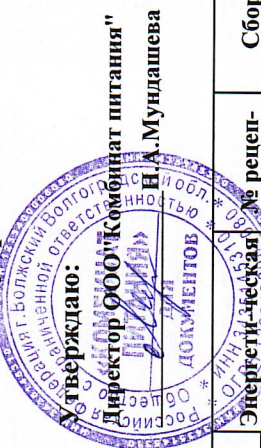


6 день

Прим пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Обед</b>								
Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашенная капуста; вареные морковь или свекла)	100		5,0	0,3	13,8	72	т.24	1996
Щи "Новгородские" со сметаной прокипяченной	260		3,4	6,7	10,3	113	287	2022
Котлеты, биточки, шницели (из говядины)	100		13,8	16,4	13,1	257	268	2017
Рис с овощами	180		4,2	4,3	40,2	216	665	2022
Компот из плодов сухих	200		0,6	0,0	31,4	124	820	2022
Хлеб из муки пшеничной	30		2,0	0,6	13,2	66	23	2022
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>870</b>	<b>138,85</b>	<b>29,0</b>	<b>28,3</b>	<b>122,0</b>	<b>848</b>		

**Десятидневное меню горячего питания (обед) для детей в возрасте с 12 до 18 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у физиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении**

Согласовано: \_\_\_\_\_  
 Директор \_\_\_\_\_  


Утверждаю: \_\_\_\_\_  
 Директор ООО "Комбинат питания"  
 Н.А. Мундашева  


7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Обед</b>								
Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашенная капуста; вареные морковь или свекла)	100		5,0	0,3	13,8	72	т.24	1996
Суп картофельный с горохом	250		6,3	7,8	22,3	168	102	2017
Голубцы ленивые с соусом сметанным с томатом	110		9,8	12,6	15,0	164	298	2011
Каша вязкая пшеничная	180		4,9	5,0	29,5	184	303	2017
Компот из плодов сухих	200		0,6	0,0	31,4	124	820	2022
Хлеб из муки пшеничной	60		4,0	1,2	26,4	132	23	2022
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>900</b>	<b>138,85</b>	<b>30,6</b>	<b>26,9</b>	<b>138,4</b>	<b>844</b>		

**Десятидневное меню горячего питания (обед) для детей в возрасте с 12 до 18 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении**

Согласовано: \_\_\_\_\_  
 Директор \_\_\_\_\_  


Утверждаю: \_\_\_\_\_  
 Директор ООО "Комбинат питания" \_\_\_\_\_  
 П.А. Мундашева  


Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>8 день</b>								
<b>Обед</b>								
Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашенная капуста; вареные морковь или свекла)	100		1,5	0,2	8,8	43	т.24	1996
Суп картофельный с макаронными изделиями	250		2,9	2,5	21,0	120	103	2017
Плов из птицы	220		20,4	24,1	45,9	454	291	217
Компот из плодов сухих	200		0,6	0,0	31,4	124	820	2022
Хлеб из муки пшеничной	40		2,7	0,8	17,6	88	23	2022
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>810</b>	<b>138,85</b>	<b>28,1</b>	<b>27,6</b>	<b>124,7</b>	<b>829</b>		

Десятидневное меню горячего питания (обед) для детей в возрасте с 12 до 18 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано: \_\_\_\_\_  
 Директор  


Утверждаю:  
 Директор ООО "Комбинат питания"  
 Н.А.Мундашева  


9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Обед</b>								
Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашенная капуста; вареные морковь или свекла)	100		5,0	0,3	13,8	72	т.24	1996
Суп картофельный с клецками со сметаной прокипяченной	260		5,5	9,2	12,9	139	108	2017
Гуляш из мяса птицы	100		8,4	10,3	9,4	126	580	2022
Макаронные изделия отварные	180		6,4	7,4	42,4	265	309	2017
Компот из плодов сухих	200		0,6	0,0	31,4	124	820	2022
Хлеб из муки пшеничной	60		4,0	1,2	26,4	132	23	2022
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>900</b>	<b>138,85</b>	<b>29,9</b>	<b>28,4</b>	<b>136,3</b>	<b>858</b>		

**Десятидневное меню горячего питания (обед) для детей в возрасте с 12 до 18 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у физиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении**

Согласовано:  
Директор



Утверждаю:  
Директор ООО "Комбинат питания"  
И.А. Мундашева



10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Обед</b>								
Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашенная капуста; вареные морковь или свекла)	100		5,0	0,3	13,8	72	т.24	1996
Борщ с капустой и картофелем со сметаной прокипяченной	260		2,6	8,9	13,6	145	82	2017
Пельмени мясные отварные со сметаной	200		16,8	18,6	35,3	376	392	2017
Компот из плодов сухих	200		0,6	0,0	31,4	124	820	2022
Хлеб из муки пшеничной	50		3,4	1,0	22,0	110	23	2022
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>810</b>	<b>138,85</b>	<b>28,4</b>	<b>28,8</b>	<b>116,1</b>	<b>827</b>		

**Десятидневное меню горячего питания (обед) для детей в возрасте с 12 до 18 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении**

**ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ**

Итого	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Итого за период	307,10	285,00	1 244,60	8 544,00
Среднее значение за период	30,6	28,4	125,2	854
Соотношение пищевых веществ	1	1	4	

Согласно СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (п.2,8) изготовление продукции производится по технологическим документам, в том числе технологической карте, технико-технологической карте, технологической инструкции, разработанным и утвержденным руководителем организации или уполномоченным им лицом.

Наименование блюд и кулинарных изделий, указанных в меню, соответствуют их наименованиям, указанным в технологических документах, составленными на основе действующих Сборников рецептов:

Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапшиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2017. - 544с.

Сборник рецептов и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций / Под ред. Заместителя Президента Российской академии образования Академика РАН профессора Г.Г. Онищенко и научного руководителя ФГБУН "ФИЦ Питания, биотехнологии и безопасности пищи" Академика РАН В.А. Тутельяна, Москва 2022-698 с.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Под ред. Ф.Л. Марчука - М. Хлебпродинформ, 1996- 620 с

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий диетического питания/ Под ред. В.Т.Лапшиной - М. Хлебпродинформ, 2002 - 632с.