

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель общеобразовательного учреждения

Директор

УТВЕРЖДАЮ:

Байбурин Р.В.

**Примерное меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд
(2-х недельное)**



Категория питающихся: с 12 лет и старше

Сезон Осень-Зима

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищ. цен-сть (Б,Ж,У,ККал)	№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищ. цен-сть (Б,Ж,У,ККал)
1-я неделя				2-я неделя			
Понедельник				Понедельник			
Завтрак				Завтрак			
КП27004	Каша "Дружба" молочная	200	12/16/46/374	КП27024	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	200	10/11/26/243
КП27011	Чай с сахаром	200	0/0/6/25	КП27108	Салат из белокачанной капусты с растительным маслом	100	4/11/13/171
КП27118	Бутерброд с повидлом(50/10)	60	3/0/32/144	КП27011	Чай с сахаром	200	0/0/6/25
КП27017	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/36	65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/118
Завтрак ИТОГО		560	15/16/93/579	Завтрак ИТОГО		550	18/23/64/557
Понедельник ИТОГО			15/16/93/579	Понедельник ИТОГО			18/23/64/557
Вторник				Вторник			
Завтрак				Завтрак			
КП27018	Картофельное пюре	200	6/10/48/306	КП27025	Каша гречневая рассыпчатая	180	6/6/25/178
КП27073	Фрикадельки куриные с подливом овощным	100	7/7/12/135	КП27078	Котлеты куриные с соусом томатным	100	11/8/17/181
КП27011	Чай с сахаром	200	0/0/6/25	КП27011	Чай с сахаром	200	0/0/6/25
65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/118	65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/118
				КП27056	Печенье в ассортименте для детского питания	40	2/7/25/171
Завтрак ИТОГО		550	17/18/85/584	Завтрак ИТОГО		570	23/22/92/673
Вторник ИТОГО			17/18/85/584	Вторник ИТОГО			23/22/92/673
Среда				Среда			
Завтрак				Завтрак			
КП27020	Каша рисовая молочная	240	8/12/35/281	КП27004	Каша "Дружба" молочная	210	13/17/48/393
КП26129	Слойка с творогом	60	11/17/33/331	КП27028	Сырники из творога с яблочным соусом	90	10/3/17/136
КП27011	Чай с сахаром	200	0/0/6/25	КП27011	Чай с сахаром	200	0/0/6/25
65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/118	65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/118
Завтрак ИТОГО		590	23/30/93/755	Завтрак ИТОГО		560	27/21/90/672
Среда ИТОГО			23/30/93/755	Среда ИТОГО			27/21/90/672
Четверг				Четверг			
Завтрак				Завтрак			
КП27021	Макароны отварные с маслом	200	5/8/36/238	КП27021	Макароны отварные с маслом	200	5/8/36/238
КП27074	Котлеты мясные с соусом томатным	100	9/11/28/246	КП27074	Котлеты мясные с соусом томатным	100	9/11/28/246
КП27023	Чай витаминизированный "Витошка"	200	0/0/10/40	КП27011	Чай с сахаром	200	0/0/6/25
65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/118	65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/118
Завтрак ИТОГО		550	18/20/93/642	Завтрак ИТОГО		550	18/20/89/627
Четверг ИТОГО			18/20/93/642	Четверг ИТОГО			18/20/89/627
Пятница				Пятница			
Завтрак				Завтрак			
КП27002	Каша "Артек" молочная	200	6/6/31/202	КП27031	Каша пшеничная молочная жидкая	240	10/11/34/270
КП27017	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/36	КП26124	Слойка с фруктовой начинкой	60	4/14/44/316

КП27011	Чай с сахаром	200	0/0/6/25	КП27011	Чай с сахаром	200	0/0/6/25
65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/118	65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	50	4/1/19/118
КП27056	Печенье в ассортименте для детского питания	40	2/7/25/171				
Завтрак ИТОГО		590	12/14/90/552	Завтрак ИТОГО		590	18/26/103/729
Пятница ИТОГО			12/14/90/552	Пятница ИТОГО			18/26/103/729

Среднее значение за период (Б,Ж,У,ККал) 19/21/89/637