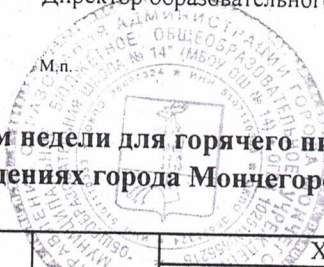
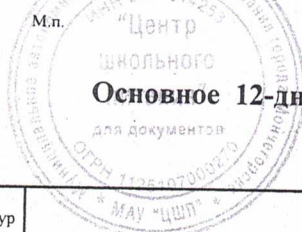


И.о. директора МАУО "ЦШП"  
Глебенкова М.И. 10.08.2023 год

«Согласовано»: *Муров - 1*  
Директор образовательного учреждения



**Основное 12-дневное меню по дням недели для горячего питания детей 7-11 лет  
в учебных учреждениях города Мончегорска**

| № рецептур<br>блюда,<br>сборник | Наименование блюда                                       | Выход блюда | Химический состав |              |               |                                   |
|---------------------------------|--|-------------|-------------------|--------------|---------------|-----------------------------------|
|                                 |  |             | Б                 | Ж            | У             | Энергетическая<br>ценность в ккал |
| 1                               | 2  | 3           | 4                 | 5            | 6             | 7                                 |
| <b>Понедельник (1 неделя)</b>   |  |             |                   |              |               |                                   |
| <b>Завтрак</b>                  |  |             |                   |              |               |                                   |
| 173/2017                        | Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом сливочным | 250/10      | 10,28             | 16,24        | 46,60         | 375,14                            |
| 15/2017                         | Сыр ( порциями)  | 20          | 4,64              | 5,90         | 0,00          | 72,00                             |
| 379/2017                        | Кофейный напиток с молоком                               | 200         | 3,17              | 2,68         | 15,95         | 101,00                            |
| ст.28/2010                      | Хлеб белый   | 20          | 1,54              | 0,16         | 9,90          | 48,20                             |
|                                 | <i>Итого</i>   |             | <i>19,63</i>      | <i>24,98</i> | <i>72,45</i>  | <i>596,34</i>                     |
| <b>Обед</b>                     |  |             |                   |              |               |                                   |
| 71/2007                         | Овощи натуральные свежие (помидор)                       | 100         | 1,20              | 0,10         | 4,60          | 26,00                             |
| 88/2017                         | Щи из сежей капусты с картофелем                         | 200         | 1,60              | 3,20         | 5,60          | 58,40                             |
| 260/2017                        | Гуляш из свинины   | 100         | 10,64             | 28,19        | 2,89          | 309,00                            |
| 171/2017                        | Каша гречневая рассыпчатая                               | 150         | 9,00              | 6,00         | 39,00         | 248,00                            |
| 342/2017                        | Компот из свежих плодов (яблоки)                         | 200         | 0,16              | 0,16         | 27,88         | 114,60                            |
| ст 7-8/2010                     | Хлеб дарницкий, йодированный, витаминизированный         | 30          | 1,98              | 0,33         | 12,30         | 61,80                             |
|                                 | <i>Итого</i>   |             | <i>24,58</i>      | <i>37,98</i> | <i>92,27</i>  | <i>817,80</i>                     |
| <b>Полдник</b>                  |  |             |                   |              |               |                                   |
| 515/2013                        | Молоко   | 250         | 7,25              | 6,25         | 12,00         | 132,50                            |
| 560/2013                        | Булочка "Нежная"   | 60          | 4,10              | 7,70         | 33,10         | 218,00                            |
|                                 | <i>Итого</i>   |             | <i>11,35</i>      | <i>13,95</i> | <i>45,10</i>  | <i>350,50</i>                     |
|                                 | <b>ВСЕГО</b>   |             | <b>55,56</b>      | <b>76,91</b> | <b>209,82</b> | <b>1764,64</b>                    |
| <b>Вторник (1 неделя)</b>       |  |             |                   |              |               |                                   |
| <b>Завтрак</b>                  |  |             |                   |              |               |                                   |
| 295/2013                        | Макароны с сыром   | 200         | 12,10             | 10,10        | 34,00         | 275,00                            |
| 498/2013                        | Какао с молоком сгущенным (1-й вариант)                  | 200         | 3,70              | 3,80         | 24,50         | 147,00                            |
| ст.28/2010                      | Хлеб белый   | 50          | 3,85              | 0,40         | 24,75         | 120,50                            |
| 338/2007                        | Плоды свежие в ассортименте                              | 100         | 0,04              | 0,00         | 12,60         | 52,00                             |
|                                 | <i>Итого</i>   |             | <i>19,69</i>      | <i>14,30</i> | <i>95,85</i>  | <i>594,50</i>                     |
| <b>Обед</b>                     |  |             |                   |              |               |                                   |
| 65/2013                         | Салат картофельный с зеленым горошком                    | 60          | 1,86              | 6,84         | 5,88          | 92,40                             |
| 96/2017                         | Рассольник ленинградский на курином бульоне              | 200         | 3,00              | 6,00         | 14,00         | 118,00                            |
| 404/2013                        | Птица отварная   | 100         | 23,57             | 16,29        | 0,57          | 242,86                            |
| 139/2017                        | Капуста тушеная  | 150         | 4,00              | 5,00         | 17,00         | 135,00                            |
| 349/2017                        | Компот из смеси сухофруктов                              | 200         | 0,66              | 0,09         | 32,10         | 132,80                            |
| ст 7-8/2010                     | Хлеб дарницкий, йодированный, витаминизированный         | 55          | 3,63              | 0,60         | 22,55         | 113,30                            |
|                                 | <i>Итого</i>   |             | <i>36,72</i>      | <i>34,82</i> | <i>92,10</i>  | <i>834,36</i>                     |
| <b>Полдник</b>                  |  |             |                   |              |               |                                   |
| 516/2013                        | Ацидофилин   | 250         | 7,25              | 6,25         | 10,00         | 125,00                            |
| 561/2013                        | Булочка "осенняя"  | 60          | 4,20              | 6,20         | 31,80         | 200,00                            |
|                                 | <i>Итого</i>   |             | <i>11,45</i>      | <i>12,45</i> | <i>41,80</i>  | <i>325,00</i>                     |
|                                 | <b>ВСЕГО</b>   |             | <b>67,86</b>      | <b>61,57</b> | <b>229,75</b> | <b>1753,86</b>                    |
| <b>Среда (1 неделя)</b>         |  |             |                   |              |               |                                   |
| <b>Завтрак</b>                  |  |             |                   |              |               |                                   |
| 271/2007                        | Котлета домашняя с маслом сливочным                      | 80/5        | 10,00             | 19,60        | 15,80         | 278,00                            |
| 304/2017                        | Рис отварной   | 150         | 4,00              | 6,00         | 40,00         | 229,00                            |
| 453/2013                        | Соус томатный  | 70          | 0,76              | 2,66         | 4,90          | 45,92                             |
| 376/2017                        | Чай с сахаром  | 200         | 0,07              | 0,02         | 15,0          | 60,00                             |

|                           |  |        |              |              |               |                |
|---------------------------|--|--------|--------------|--------------|---------------|----------------|
|                           | <i>Итого:</i>                                    |        | 14,83        | 28,28        | 60,70         | 612,92         |
| <b>Обед</b>               |  |        |              |              |               |                |
| 34/2017                   | Салат "Летний"                                   | 60     | 1,50         | 4,38         | 3,90          | 60,90          |
| 104/105/17                | Суп картофельный с мясными фрикадельками         | 250/25 | 12,00        | 7,00         | 20,00         | 189,00         |
| 312/2017                  | Пюре картофельное                                | 150    | 3,06         | 4,80         | 20,44         | 137,25         |
| 17/1986                   | Котлета рыбная "По-мончегорски"                  | 110    | 18,00        | 10,00        | 14,00         | 217,00         |
| 388/2017                  | Напиток из плодов шиповника                      | 200    | 0,68         | 0,28         | 20,76         | 88,20          |
| ст.28/2010                | Хлеб белый                                       | 20     | 1,54         | 0,16         | 9,90          | 48,20          |
| ст 7-8/2010               | Хлеб дарницкий, йодированный, витаминизированный | 50     | 3,30         | 0,55         | 20,50         | 103,00         |
|                           | <i>Итого</i>                                     |        | 40,08        | 27,17        | 109,50        | 843,55         |
| <b>Полдник</b>            |  |        |              |              |               |                |
| 516/2013                  | Кефир  | 250    | 7,25         | 6,25         | 10,00         | 125,00         |
| 558/2013                  | Булочка "Алтайская"                              | 50     | 4,30         | 2,50         | 26,40         | 145,00         |
|                           | <i>Итого</i>                                     |        | 11,55        | 8,75         | 36,40         | 270,00         |
|                           | <b>ВСЕГО</b>                                     |        | <b>66,46</b> | <b>64,20</b> | <b>206,60</b> | <b>1726,47</b> |
| <b>Четверг (1 неделя)</b> |  |        |              |              |               |                |
| <b>Завтрак</b>            |  |        |              |              |               |                |
| 313/2013                  | Запеканка из творога                             | 120    | 19,20        | 20,16        | 19,12         | 340,00         |
| 472/2013                  | Соус ягодный                                     | 40     | 0,16         | 0,04         | 26,12         | 105,48         |
| 377/2017                  | Чай с лимоном                                    | 200/7  | 0,13         | 0,02         | 15,20         | 62,00          |
| 338/2007                  | Плоды свежие в ассортименте                      | 120    | 0,05         | 0,00         | 15,12         | 62,40          |
| ст.28/2010                | Хлеб белый                                       | 15     | 1,16         | 0,12         | 7,43          | 36,15          |
|                           | <i>Итого:</i>                                    |        | 20,70        | 20,34        | 82,99         | 606,03         |
| <b>Обед</b>               |  |        |              |              |               |                |
| 71/2007                   | Овощи натуральные свежие (помидор)               | 100    | 1,20         | 0,10         | 4,60          | 26,00          |
| 82/2017                   | Борщ с капустой и картофелем                     | 250    | 2,00         | 5,00         | 13,00         | 106,00         |
| 203/2017                  | Макаронные изделия отварные с маслом             | 150    | 5,45         | 5,78         | 30,46         | 195,70         |
| 268/2017                  | Шницель из свинины                               | 100    | 16,00        | 12,00        | 9,00          | 208,00         |
| 453/2013                  | Соус томатный                                    | 50     | 0,54         | 1,90         | 3,47          | 32,80          |
| 520/2013                  | Напиток из северных ягод в ассортименте          | 200    | 0,10         | 0,00         | 20,70         | 83,00          |
| ст. 7-8/2010              | Хлеб дарницкий, йодированный, витаминизированный | 55     | 3,63         | 0,60         | 22,55         | 113,30         |
| ст.28/2010                | Хлеб белый                                       | 35     | 2,70         | 0,28         | 17,33         | 84,35          |
|                           | <i>Итого</i>                                     |        | 31,62        | 25,66        | 121,11        | 849,15         |
| <b>Полдник</b>            |  |        |              |              |               |                |
| 515/2013                  | Ряженка  | 250    | 7,25         | 6,25         | 10,00         | 125,00         |
| 559/2013                  | Булочка "Веснушка"                               | 60     | 4,70         | 3,70         | 34,20         | 189,00         |
|                           | <i>Итого</i>                                     |        | 11,95        | 9,95         | 44,20         | 314,00         |
|                           | <b>ВСЕГО</b>                                     |        | <b>64,27</b> | <b>55,95</b> | <b>248,30</b> | <b>1769,18</b> |
| <b>Пятница (1 неделя)</b> |  |        |              |              |               |                |
| <b>Завтрак</b>            |  |        |              |              |               |                |
| 45/2017                   | Салат из белокочанной капусты                    | 100    | 2,00         | 5,00         | 9,00          | 91,00          |
| 215/2017                  | Омлет паровой                                    | 150/5  | 16,00        | 27,87        | 4,14          | 332,55         |
| 376/2017                  | Чай с сахаром                                    | 200    | 0,07         | 0,02         | 15,0          | 60,00          |
| ст.28/2010                | Хлеб белый                                       | 50     | 3,85         | 0,40         | 24,75         | 120,50         |
|                           | <i>Итого</i>                                     |        | 21,92        | 33,29        | 37,89         | 604,05         |
| <b>Обед</b>               |  |        |              |              |               |                |
| 28/2017                   | Салат "Весна"                                    | 100    | 2,00         | 6,00         | 2,00          | 68,00          |
| 144/2013                  | Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)        | 200    | 1,84         | 3,40         | 12,10         | 86,40          |
| 294/2017                  | Котлета рубленая из птицы с маслом сливочным     | 100/5  | 19,00        | 12,00        | 17,00         | 254,00         |
| 426/2013                  | Картофель отварной                               | 200    | 3,80         | 9,80         | 25,40         | 204,00         |
| 342/2017                  | Компот из свежих плодов (яблоки)                 | 200    | 0,16         | 0,16         | 27,88         | 114,60         |
| ст. 7-8/2010              | Хлеб дарницкий, йодированный, витаминизированный | 55     | 3,63         | 0,60         | 22,55         | 113,30         |
|                           | <i>Итого</i>                                     |        | 30,43        | 31,96        | 106,93        | 840,30         |
| <b>Полдник</b>            |  |        |              |              |               |                |
| 515/2013                  | Молоко   | 250    | 7,25         | 6,25         | 12,00         | 132,50         |
| 560/2013                  | Булочка "Нежная"                                 | 60     | 4,10         | 7,70         | 33,10         | 218,00         |
|                           | <i>Итого</i>                                     |        | 11,35        | 13,95        | 45,10         | 350,50         |
|                           | <b>ВСЕГО</b>                                     |        | <b>63,70</b> | <b>79,20</b> | <b>189,92</b> | <b>1794,85</b> |
| <b>Суббота (1 неделя)</b> |  |        |              |              |               |                |

| Завтрак                |  |         |              |              |               |                |
|------------------------|--|---------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| 321/481/13             | Сырники из творога запеченные, молоко сгущенное          | 120/30  | 21,36        | 17,35        | 41,45         | 407,20         |
| 377/2017               | Чай с лимоном  | 200/7   | 0,13         | 0,02         | 15,20         | 62,00          |
| ст.28/2010             | Хлеб белый   | 35      | 2,70         | 0,28         | 17,33         | 84,35          |
| 338/2007               | Фрукты свежие в ассортименте                             | 120     | 0,05         | 0,00         | 15,12         | 62,40          |
|                        | <i>Итого</i>   |         | 24,24        | 17,65        | 89,10         | 615,95         |
| Обед                   |  |         |              |              |               |                |
| 71/2007                | Овощи натуральные свежие (огурец)                        | 100     | 0,80         | 0,00         | 3,40          | 16,00          |
| 99/2017                | Суп из овощей  | 250     | 3,00         | 4,00         | 19,00         | 121,00         |
| 390/434/13             | Ёжики мясные с соусом молочным                           | 100     | 9,50         | 15,30        | 11,40         | 221,00         |
| 190/434/13             | Свекла, тушенная в молочном соусе                        | 200     | 4,10         | 8,40         | 19,80         | 171,00         |
| 502/2013               | Кисель из северных ягод (клюква)                         | 200     | 0,10         | 0,00         | 23,00         | 96,00          |
| ст.28/2010             | Хлеб белый   | 35      | 2,70         | 0,28         | 17,33         | 84,35          |
| ст. 7-8/2010           | Хлеб дарницкий, йодированный, витаминизированный         | 55      | 3,63         | 0,60         | 22,55         | 113,30         |
|                        | <i>Итого</i>   |         | 23,83        | 28,58        | 116,48        | 822,65         |
| Полдник                |  |         |              |              |               |                |
| 516/2013               | Кефир  | 250     | 7,25         | 6,25         | 10,00         | 125,00         |
| 558/2013               | Булочка "Алтайская"                                      | 50      | 4,30         | 2,50         | 26,40         | 145,00         |
|                        | <i>Итого</i>   |         | 11,55        | 8,75         | 36,40         | 270,00         |
|                        | <b>ВСЕГО</b>   |         | <b>59,62</b> | <b>54,98</b> | <b>241,98</b> | <b>1708,60</b> |
| Понедельник (2 неделя) |  |         |              |              |               |                |
| Завтрак                |  |         |              |              |               |                |
| 90/2013                | Бутерброд с сыром (1-й вариант)                          | 20/20/5 | 6,70         | 9,50         | 9,90          | 153,00         |
| 174/2017               | Каша вязкая молочная из ячневой крупы с маслом сливочным | 250/10  | 9,14         | 13,73        | 49,00         | 370,00         |
| 495/2013               | Чай с молоком  | 200     | 1,50         | 1,30         | 15,90         | 81,00          |
|                        | <i>Итого</i>   |         | 17,34        | 24,53        | 74,80         | 604,00         |
| Обед                   |  |         |              |              |               |                |
| 19/2013                | Салат из свежих помидоров и огурцов                      | 60      | 0,54         | 3,06         | 2,16          | 38,40          |
| 89/2017                | Щи зеленые (шпинат)                                      | 200     | 2,18         | 5,30         | 7,36          | 91,40          |
| 245/2017               | Бефстроганов из отварной говядины                        | 50/50   | 14,44        | 12,25        | 3,78          | 181,00         |
| 203/2017               | Макаронные изделия с маслом сливочным                    | 180     | 6,55         | 6,94         | 36,60         | 234,90         |
| 342/2017               | Компот из свежих плодов (яблоки)                         | 200     | 0,16         | 0,16         | 27,88         | 114,60         |
| ст. 7-8/2010           | Хлеб дарницкий, йодированный, витаминизированный         | 55      | 3,63         | 0,60         | 22,55         | 113,30         |
| ст.28/2010             | Хлеб белый   | 35      | 2,70         | 0,28         | 17,33         | 84,35          |
|                        | <i>Итого</i>   |         | 30,20        | 28,59        | 117,66        | 857,95         |
| Полдник                |  |         |              |              |               |                |
| 515/2013               | Молоко   | 250     | 7,25         | 6,25         | 12,00         | 132,50         |
| 560/2013               | Булочка "Нежная"   | 60      | 4,10         | 7,70         | 33,10         | 218,00         |
|                        | <i>Итого</i>   |         | 11,35        | 13,95        | 45,10         | 350,50         |
|                        | <b>ВСЕГО</b>   |         | <b>58,89</b> | <b>67,07</b> | <b>237,56</b> | <b>1812,45</b> |
| Вторник (2 неделя)     |  |         |              |              |               |                |
| Завтрак                |  |         |              |              |               |                |
| 312/2017               | Пере картофельное  | 150     | 3,06         | 4,80         | 20,44         | 137,25         |
| 341/2013               | Рыба, запеченная с яйцом                                 | 120     | 17,28        | 10,92        | 10,92         | 210,00         |
| 376/2017               | Чай с сахаром  | 200     | 0,07         | 0,02         | 15,0          | 60,00          |
| ст.28/2010             | Хлеб белый   | 55      | 4,20         | 0,44         | 27,23         | 132,55         |
| 338/2007               | Фрукты свежие в ассортименте                             | 100     | 0,04         | 0,00         | 12,60         | 52,00          |
|                        | <i>Итого</i>   |         | 24,65        | 16,18        | 71,19         | 591,80         |
| Обед                   |  |         |              |              |               |                |
| 71/2007                | Овощи натуральные свежие (огурец)                        | 100     | 0,80         | 0,00         | 3,40          | 16,00          |
| 82/2017                | Борщ с капустой и картофелем                             | 200     | 1,00         | 4,00         | 10,00         | 83,00          |
| 265/2017               | Плов из свинины  | 240     | 20,19        | 45,07        | 41,42         | 652,80         |
| 349/2017               | Компот из смеси сухофруктов                              | 200     | 0,66         | 0,09         | 32,10         | 132,80         |
| ст. 7-8/2010           | Хлеб дарницкий, йодированный, витаминизированный         | 20      | 1,32         | 0,22         | 8,20          | 41,20          |
|                        | <i>Итого</i>   |         | 23,97        | 49,38        | 95,12         | 925,80         |
| Полдник                |  |         |              |              |               |                |
| 515/2013               | Ацидофилин   | 250     | 7,25         | 6,25         | 10,00         | 125,00         |
| 561/2013               | Булочка "осенняя"  | 60      | 4,20         | 6,20         | 31,80         | 200,00         |

|                           |   |        |              |              |               |                |
|---------------------------|---|--------|--------------|--------------|---------------|----------------|
|                           | <i>Итого</i>  |        | 11,45        | 12,45        | 41,80         | 325,00         |
|                           | <b>ВСЕГО</b>  |        | <b>60,07</b> | <b>78,01</b> | <b>208,11</b> | <b>1842,60</b> |
| <b>Среда (2 неделя)</b>   |   |        |              |              |               |                |
| <b>Завтрак</b>            |   |        |              |              |               |                |
| 295/2013                  | Макароны с сыром  | 200    | 12,10        | 10,10        | 34,00         | 275,00         |
| 498/2013                  | Какао с молоком сгущенным (1-й вариант)                     | 200    | 3,70         | 3,80         | 24,50         | 147,00         |
| ст.28/2010                | Хлеб белый  | 50     | 3,85         | 0,40         | 24,75         | 120,50         |
| 338/2007                  | Фрукты свежие в ассортименте                                | 100    | 0,04         | 0,00         | 12,60         | 52,00          |
|                           | <i>Итого</i>  |        | 19,69        | 14,30        | 95,85         | 594,50         |
| <b>Обед</b>               |   |        |              |              |               |                |
| 34/2017                   | Салат "Летний"  | 60     | 1,50         | 4,38         | 3,90          | 60,90          |
| 96/2017                   | Рассольник ленинградский на курином бульоне                 | 250    | 4,00         | 7,00         | 17,00         | 148,00         |
| 377/2013                  | Запеканка картофельная с мясом                              | 200    | 23,30        | 23,50        | 18,90         | 380,00         |
| 434/2013                  | Соус молочный для запекания                                 | 40     | 1,51         | 3,74         | 4,15          | 55,72          |
| 388/2017                  | Напиток из плодов шиповника                                 | 200    | 0,68         | 0,28         | 20,76         | 88,20          |
| ст. 7-8/2010              | Хлеб дарницкий, йодированный, витаминизированный            | 55     | 3,63         | 0,60         | 22,55         | 113,30         |
|                           | <i>Итого</i>  |        | 34,62        | 39,50        | 87,26         | 846,12         |
| <b>Полдник</b>            |   |        |              |              |               |                |
| 515/2013                  | Кефир   | 250    | 7,25         | 6,25         | 10,00         | 125,00         |
| 558/2013                  | Булочка "Алтайская"   | 50     | 4,30         | 2,50         | 26,40         | 145,00         |
|                           | <i>Итого</i>  |        | 11,55        | 8,75         | 36,40         | 270,00         |
|                           | <b>ВСЕГО</b>  |        | <b>65,86</b> | <b>62,55</b> | <b>219,51</b> | <b>1710,62</b> |
| <b>Четверг (2 неделя)</b> |   |        |              |              |               |                |
| <b>Завтрак</b>            |   |        |              |              |               |                |
| 314/481/13                | Запеканка морковная с творогом, молоко сгущенное            | 150/30 | 15,26        | 18,15        | 43,95         | 388,40         |
| 379/2017                  | Кофейный напиток с молоком                                  | 200    | 3,17         | 2,68         | 15,95         | 101,00         |
| ст.28/2010                | Хлеб белый  | 20     | 1,54         | 0,16         | 9,90          | 48,20          |
| 338/2007                  | Фрукты свежие в ассортименте                                | 100    | 0,04         | 0,00         | 12,60         | 52,00          |
|                           | <i>Итого</i>  |        | 20,01        | 20,99        | 82,40         | 589,60         |
| <b>Обед</b>               |   |        |              |              |               |                |
| 22/2013                   | Салат из свежих помидоров                                   | 100    | 1,00         | 10,20        | 3,50          | 110,00         |
| 104/105/17                | Суп картофельный с мясными фрикадельками                    | 250/25 | 12,00        | 7,00         | 20,00         | 189,00         |
| 139/2017                  | Капуста тушеная   | 200    | 5,00         | 7,00         | 22,00         | 178,00         |
| 290/330/17                | Птица, тушенная в соусе                                     | 50/50  | 12,12        | 11,52        | 2,93          | 164,00         |
| 520/2013                  | Напиток из северных ягод                                    | 200    | 0,10         | 0,00         | 20,70         | 83,00          |
| ст. 7-8/2010              | Хлеб дарницкий, йодированный, витаминизированный            | 55     | 3,63         | 0,60         | 22,55         | 113,30         |
|                           | <i>Итого</i>  |        | 33,85        | 36,32        | 91,68         | 837,30         |
| <b>Полдник</b>            |   |        |              |              |               |                |
| 515/2013                  | Ряженка   | 250    | 7,25         | 6,25         | 10,00         | 125,00         |
| 559/2013                  | Булочка "Веснушка"  | 60     | 4,70         | 3,70         | 34,20         | 189,00         |
|                           | <i>Итого</i>  |        | 11,95        | 9,95         | 44,20         | 314,00         |
|                           | <b>ВСЕГО</b>  |        | <b>65,81</b> | <b>67,26</b> | <b>218,28</b> | <b>1740,90</b> |
| <b>Пятница (2 неделя)</b> |   |        |              |              |               |                |
| <b>Завтрак</b>            |   |        |              |              |               |                |
| 1/2017                    | Бутерброд с маслом сливочным                                | 30/10  | 2,36         | 7,49         | 14,89         | 136,00         |
| 174/2017                  | Каша вязкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным    | 250/10 | 7,50         | 13,56        | 53,69         | 368,00         |
| 377/2017                  | Чай с лимоном   | 200/7  | 0,13         | 0,02         | 15,20         | 62,00          |
| ст.28/2010                | Хлеб белый  | 20     | 1,54         | 0,16         | 9,90          | 48,20          |
|                           | <i>Итого</i>  |        | 11,53        | 21,23        | 93,68         | 614,20         |
| <b>Обед</b>               |   |        |              |              |               |                |
| 71/2007                   | Овощи натуральные свежие (огурец)                           | 100    | 0,80         | 0,00         | 3,40          | 16,00          |
| 112/2017                  | Суп с макаронными изделиями и картофелем на курином бульоне | 250    | 3,00         | 4,00         | 19,00         | 121,00         |
| 259/2017                  | Жаркое по-домашнему (свинина)                               | 250    | 17,57        | 42,14        | 23,69         | 547,14         |
| 342/2017                  | Компот из свежих плодов (яблоки)                            | 200    | 0,16         | 0,16         | 27,88         | 114,60         |
| ст. 7-8/2010              | Хлеб дарницкий, йодированный, витаминизированный            | 20     | 1,32         | 0,22         | 8,20          | 41,20          |
|                           | <i>Итого</i>  |        | 22,85        | 46,52        | 82,17         | 839,94         |
| <b>Полдник</b>            |   |        |              |              |               |                |

|                           |  |        |              |              |               |                |
|---------------------------|--|--------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| 516/2013                  | Кефир  | 250    | 7,25         | 6,25         | 10,00         | 125,00         |
| 558/2013                  | Булочка "Алтайская"                              | 50     | 4,30         | 2,50         | 26,40         | 145,00         |
|                           | <i>Итого</i>                                     |        | 11,55        | 8,75         | 36,40         | 270,00         |
|                           | <b>ВСЕГО</b>                                     |        | <b>45,93</b> | <b>76,50</b> | <b>212,25</b> | <b>1724,14</b> |
| <b>Суббота (2 неделя)</b> |  |        |              |              |               |                |
| <b>Завтрак</b>            |  |        |              |              |               |                |
| 325/2013                  | Вареники ленивые с маслом сливочным              | 150/10 | 22,28        | 17,00        | 21,50         | 327,80         |
| 496/2013                  | Какао с молоком (1-й вариант)                    | 200    | 3,60         | 3,30         | 25,00         | 144,00         |
| ст.28/2010                | Хлеб белый                                       | 25     | 1,93         | 0,20         | 12,38         | 60,25          |
| 338/2007                  | Флоды свежие в ассортименте                      | 120    | 0,05         | 0,00         | 15,12         | 62,40          |
|                           | <i>Итого</i>                                     |        | 27,86        | 20,50        | 74,00         | 594,45         |
| <b>Обед</b>               |  |        |              |              |               |                |
| 28/2017                   | Салат "Весна"                                    | 100    | 2,00         | 6,00         | 2,00          | 68,00          |
| 99/2017                   | Суп из овощей                                    | 200    | 1,00         | 4,00         | 9,00          | 80,00          |
| 377/2013                  | Запеканка картофельная с мясом                   | 200    | 23,30        | 23,50        | 18,90         | 380,00         |
| 434/2013                  | Соус молочный для запекания                      | 40     | 1,51         | 3,74         | 4,15          | 55,72          |
| 502/2013                  | Кисель из северных ягод (клюква)                 | 200    | 0,10         | 0,00         | 23,00         | 96,00          |
| ст. 7-8/2010              | Хлеб дарницкий, йодированный, витаминизированный | 55     | 3,63         | 0,60         | 22,55         | 113,30         |
|                           | <i>Итого</i>                                     |        | 31,54        | 37,84        | 79,60         | 793,02         |
| <b>Полдник</b>            |  |        |              |              |               |                |
| 515/2017                  | Молоко   | 250    | 7,25         | 6,25         | 12,00         | 132,50         |
| 560/2013                  | Булочка "Нежная"                                 | 60     | 4,10         | 7,70         | 33,10         | 218,00         |
|                           | <i>Итого</i>                                     |        | 11,35        | 13,95        | 45,10         | 350,50         |
|                           | <b>ВСЕГО</b>                                     |        | <b>70,75</b> | <b>72,29</b> | <b>198,70</b> | <b>1737,97</b> |

Список нормативной документации, используемой при составлении меню:

Сборник технических нормативов: "Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников" Москва 2007г. Дели Принт

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания. Авторы: И.М.Скурихин, В.А.Тутельян Москва Дели плюс 2017.

Сборник технических нормативов: "Сборник рецептур на прокуцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях" Москва Дели плюс 2017г.

Сборник технических нормативов: "Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для школ" Пермь 2013г.

"Сборник рецептур фирменных блюд" Мурманск 1986г.

"Сборник рецептур на хлеб и хлебобулочные изделия" Санкт-Петербург "Профи" 2010г.

И.о. директора МАУО "ЦШП":



Глебенкова М.И.