

СОГЛАСОВАНО:

Заместитель начальника ГО
Управления Роспотребнадзора
по СК в Шпаковском районе
по С.И.Иванов (подпись)
В.В.Евтеева (В.В.Евтеева)
г.Махачкала, Топтеева, д.4с
« 27 » 2021 год

СОГЛАСОВАНО:

Организатор питания
Павлова
Наименование учреждения
Управление Роспотребнадзора
по СК в Шпаковском районе
« 27 » 2021 год

УТВЕРЖДАЮ:

МКОУ «Средняя общеобразовательная школа №12»
наименование учреждения
Директор (О.И.Приходько)
О.И.Приходько (подпись)
« 27 » 2021 год

**ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ ЗАВТРАКОВ
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ
ОБУЧАЮЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ,
ПОЛЬЗУЮЩИХСЯ ЛЬГОТОЙ
НА ОДНОРАЗОВОЕ ГОРЯЧЕЕ ПИТАНИЕ,
В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ
ШПАКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА**

Меню составлено на основании:

- сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников, 2005 года издания;
- сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 2009 года издания;
- сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, 2014 года издания.

Главный технолог казенного учреждения «Центр по
техническому обслуживанию, капитальному ремонту
и безопасности образовательных учреждений»

Н.В.Котова

Н.В.Котова

№ рецептуры	Примем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества(мг)							Витамины(мг)			Стоймость блюда
			Белки	Жиры	Углеводы		К	Са	Mg	P	Fe	A	B1	B2	PP	C	
Первая неделя																	
1 ДЕНЬ (понедельник)																	
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК																	
258/2014	Шницель рыбный натуральный с маслом сливочным	50/5	8,06	7,47	5,67	120,39	212,04	29,24	26,44	116,56	0,50	0,04	0,05	0,06	0,59	2,66	22,02
125/2014	Картофель отварной	150	3,04	5,40	24,78	160,19	863,36	15,20	34,96	88,16	1,37	0,00	0,00	0,00	1,98	30,40	13,61
376/2005	Чай с сахаром	200	0,1	0	14,97	57,65	12,85	2,8	2,2	4,12	0,4	0	0	0	0	0	1,33
г/п	Хлеб пшеничный	10	0,77	5,4	4,98	26,2	12,7	2,6	3,5	8,3	0,16	0	0	0	0,154	0	0,49
г/п	Хлеб ржаной	10	0,66	0,12	3,42	18,1	9,4	3,4	4,1	12	0,23	0	0	0	0	0	0,64
	Итого		12,63	18,39	53,82	382,53	1110,35	53,24	71,20	229,14	2,66	0,04	0,05	0,06	2,72	33,06	38,07
2 ДЕНЬ (вторник)																	
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК																	
300/2014	Птица отварная	50	16,07	1,29	0,39	77,43	201,06	5,88	58,68	117,11	0,96	47,60	0,05	0,05	7,28	1,37	21,06
302/2005	Каша пшеничная рассыпчатая	150	8,69	5,78	38,77	237,56	118,20	16,90	58,90	137,00	4,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,07
372/2014	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	23,88	94,6	111,8	6,8	3,6	4,4	0,88	0	0	0	0	0	4,95
г/п	Хлеб пшеничный	20	1,54	5,4	9,96	52,4	25,4	7	16,6	0,32	0	0	0	0	0,308	0	0,97
	Итого		26,46	12,63	73,00	461,99	456,46	34,78	128,18	356,83	6,23	47,60	0,05	0,05	7,59	5,37	33,05
3 ДЕНЬ (среда)																	
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК																	
619/2009	Тфтели с соусом красным основным	110	8,51	15,23	11,03	216,59	196,51	13,57	17,46	98,42	1,30	0,00	0,02	0,08	1,99	3,00	23,02
309/2005	Макаронные изделия отварные	150	5,3464	4,4035	35,616	206,903	64,459	10,346	8,319	45,377	0,623	0,0265	0	0	0	0	8,46
г/п	Хлеб пшеничный	10	0,77	5,4	4,98	26,2	12,7	2,6	3,5	8,3	0,16	0	0	0	0	0	0,49
г/п	Хлеб ржаной	10	0,66	0,12	3,42	18,1	9,4	3,4	4,1	12	0,23	0	0	0	0	0	0,64
376/2005	Чай с сахаром	200	0,1	0	14,97	57,65	12,85	2,8	2,2	4,12	0,4	0	0	0	0	0	1,33
	Итого		15,39	25,15	70,02	525,44	295,92	32,72	35,58	168,22	2,71	0,03	0,02	0,08	1,99	3,00	33,93
4 ДЕНЬ (четверг)																	
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК																	
291/2005	Плов из птицы	225	25,85	20,23	39,74	467,50	362,18	36,02	38,96	208,46	3,05	40,80	0,14	0,23	9,00	3,00	30,63
868/2009	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0	31,76	126,4	0,6	0,6	0	0	0,03	0	0	0	0,24	5,97	
г/п	Хлеб пшеничный	20	1,54	5,4	9,96	52,4	25,4	7	16,6	0,32	0	0	0	0,308	0	0,97	
70/2005	Овоши натуральные соленые (помидоры)	30	0,7	0	0	7,8	87	4,2	6	7,8	0,27	0	0	0	0	6	3,63
	Итого		28,53	25,63	81,46	654,10	475,18	46,02	51,96	232,86	3,67	40,80	0,14	0,23	9,31	9,24	41,21
5 ДЕНЬ (пятница)																	
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК																	
305/2014	Котлета рубленая из птицы	50	9,8648	3,31	7,3582	99,368	127,018	7,364	36,95	75,792	0,754	25,915	0,0259	0,026	4,1808	0,666	14,21
139/2005	Капуста тушеная	150	3,54	6,20	15,00	131,35	565,38	86,14	32,10	62,75	1,21	0,00	0,06	0,08	1,33	79,36	12,06
376/2005	Чай с сахаром	200	0,1	0	14,97	57,65	12,85	2,8	2,2	4,12	0,4	0	0	0	0	0	1,33
г/п	Хлеб пшеничный	20	1,54	5,4	9,96	52,4	25,4	7	16,6	0,32	0	0	0	0,308	0	0,97	

