

СОГЛАСОВАНО

Директор ООО "СЕРВИС-КОМПЛЕКС"

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "СЕРВИС-КОМПЛЕКС"

Иванов А.Н.

" 1 " октября 2021 г.

" 01 " октября 2021 г.

СОГЛАСОВАНО

Председатель орг. комитета - Андрей С. И. Андрей
Нач. упр. света - Андрей И. В. Андрей

" 1 " октября 2021 г.

Двухнедельное цикличное меню завтраков учащихся 5 классов

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции гр	Ккал	Белки	Жиры	Угле-воды	№ рецептуры
1 неделя							
1 день							
1	Колбаса варено-копченая порционная	15	47	1,88	4,36		№ 99, 2004г.
2	Каша молочная с маслом сливочным	210	219	4,78	8,84	30,14	№ 311, 2004г.
3	Чай с сахаром	200	56	0,18	0,04	13,66	№ 685, 2004г.
4	Выпечка дрож./печенье/пряники	50/30	191	3,65	7,15	28,01	№769,772,2004г.
5	Хлеб	20	40	1,37	0,18	8,14	ГОСТ 26983-2015г.
6	Батон	20	48	1,41	0,51	9,35	ГОСТ 31805-20018г.
Итого			601	13,27	21,08	89,3	
2 день							
Салат из свежих/отварных овощей/овощи							
1	свежие/соленые порционные	60	67	0,7	5,37	3,91	№16,71,2004г.
2	Котлета/биточки рыбные	90	141	11,19	7,26	7,58	№ 388, 2004г.
3	Пюре картофельное с маслом сливочным	155	160	3,1	7,49	20,13	№ 520, 2004г.
4	Сок/нектар фруктовый	200	88			22	ТР ТС 023/2011
5	Хлеб	20	40	1,37	0,18	8,14	ГОСТ 26983-2015г.
6	Батон	20	48	1,41	0,51	9,35	ГОСТ 31805-20018г.
Итого			544	17,77	20,81	71,11	
3 день							
1	Сыр порционный	15	48	3,27	3,9		№ 97, 2004г.
2	Запеканка из творога с повидлом	170	347	29,39	11,56	31,38	№ 366, 2004г.
3	Какао с молоком	200	131	3,64	2,73	22,9	№693,2004г.
4	Батон	20	48	1,41	0,51	9,35	ГОСТ 31805-2018г.
Итого			574	37,71	18,7	63,63	
4 день							
Салат из свежих/отварных овощей/овощи							
1	свежие/соленые порционные	60	67	0,7	5,37	3,91	№16,71,2004г.
2	Жаркое по-домашнему	150	188	18,65	5,13	16,72	№ 631, 1983г.
3	Компот из сухофруктов/св. фруктов/ягод	200	103	0,15	0,14	25,36	№633,639,2004г.
4	Выпечка дрож./печенье/пряники	50/30	191	3,65	7,15	28,01	№769,772,2004г.
5	Хлеб	20	40	1,37	0,18	8,14	ГОСТ 26983-20015г.
Итого			589	24,52	17,97	82,14	
5 день							
Салат из свежих/отварных овощей/овощи							
1	свежие/соленые порционные	60	67	0,7	5,37	3,91	№16,71,2004г.
2	Тефтели мясные	110	229	6,88	17,36	11,26	№461,2004г.

Каша гречневая рассыпчатая	150	226	8,24	5,37	36,07	№508,2004г.
Чай с сахаром	200	56	0,18	0,04	13,66	№ 685, 2004г.
Хлеб	20	40	1,37	0,18	8,14	ГОСТ 26983-2015г.
Итого		618	17,37	28,32	73,04	
2 неделя						
1 день						
1 Сыр порц./Колбаса варено-копченая порц.	15	47	3,27	3,9		№ 97, 99, 2004г.
2 Каша молочная с маслом сливочным	210	222	6,04	9,45	28,09	№ 311, 2004г.
3 Кофейный напиток с молоком	200	106	1,8	1,1	22,19	№ 692, 2004г.
4 Выпечка дрож./печенье/пряники	50/30	191	3,65	7,15	28,01	№769,772,2004г.
5 Батон	20	48	1,41	0,51	9,35	ГОСТ 31805-2018г.
Итого		614	16,17	22,11	87,64	
2 день						
1 Салат из свежих/отварных овощей/овощи свежие/соленые порционные	60	67	0,7	5,37	3,91	№16,71,2004г.
2 Котлета/биточки рыбные	90	141	11,19	7,26	7,58	№ 388, 2004г.
3 Пюре картофельное с маслом сливочным	155	160	3,1	7,49	20,13	№ 520, 2004г.
4 Чай с сахаром	200	56	0,18	0,04	13,66	№ 685, 2004г.
5 Хлеб	20	40	1,37	0,18	8,14	ГОСТ 26983-2015г.
6 Батон	20	48	1,41	0,51	9,35	ГОСТ 31805-2018г.
Итого		512	17,95	20,85	62,77	
3 день						
1 Салат из свежих/отварных овощей/овощи свежие/соленые порционные	60	67	0,7	5,37	3,91	№16,71,2004г.
2 Плов из филе цыпленка	150	232	19,18	5,96	25,5	№ 492, 2004г.
3 Компот из сухофруктов/св. фруктов/ягод	200	103	0,15	0,14	25,36	№633,639,2004г.
4 Выпечка дрож./печенье/пряники	50/30	191	3,65	7,15	28,01	№769,772,2004г.
5 Хлеб	20	40	1,37	0,18	8,14	ГОСТ 26983-2015г.
Итого		633	25,05	18,8	90,92	
4 день						
1 Салат из свежих/отварных овощей/овощи свежие/соленые порционные	60	67	0,7	5,37	3,91	№16,71,2004г.
2 Котлета по-хлыновски	90	240	11,28	28,46	3,55	№ 454, 2004г.
3 Макароны изделия отварные с маслом	155	222	5,51	7,15	33,81	№ 516, 2004г.
4 Сок /нектар фруктовый	200	88			22	ТР ТС 023/2001г.
5 Хлеб	20	40	1,37	0,18	8,14	ГОСТ 26983-2015г.
Итого		657	18,86	41,16	71,41	
5 день						
1 Каша молочная с маслом сливочным	210	222	6,04	9,45	28,09	№ 311, 2004г.
2 Какао с молоком	200	131	3,64	2,73	22,9	№693,2004г.
3 Выпечка дрож./печенье/пряники	50/30	191	3,65	7,15	28,01	№769,772,747,2004г.
4 Батон	20	48	1,41	0,51	9,35	ГОСТ 31805-2018г.
Итого		592	14,74	19,84	88,35	

Расчет произведен с помощью программного комплекса "Бэст-питание"
 Министерство экономического развития и торговли. Сборник технических нормативов. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под общей редакцией В.Т.Лапиной, М; изд."Хлебпродинформ", 2004г. Сборник рецептур для предприятий общественного питания, М., Экономика, 1983г., Сборник технических нормативов- Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях./Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, М.,Дели принт, 2015 год.