

СОГЛАСОВАНО

Надзор МБОУ, с/м №18
Иванов А.Н.
" 1 " октября 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "СЕРВИС-КОМПЛЕКС"

Иванов А.Н.

" 01 " октября 2021 г.

СОГЛАСОВАНО

Директор ООО "СЕРВИС-КОМПЛЕКС" - Андрей С.С.
Иванов А.Н.
" 1 " октября 2021 г.

Двухнедельное цикличное меню завтраков учащихся 6-11 классов

№ рец.	№ п/п	Наименование блюда	Масса порции гр	Ккал	Белки	Жиры	Угле-воды
--------	-------	--------------------	-----------------	------	-------	------	-----------

1 неделя

		1 день					
№16,71,2004г.	1	Салат из свежих/отварных овощей/овощи свежие/соленые порционные	100	112	1,17	8,93	6,52
№ 492, 2004г.	2	Плов из филе цыпленка	225	348	28,77	8,94	38,25
№ 685, 2004г.	3	Чай с сахаром	200	56	0,18	0,04	13,66
№769,772,2004г.	4	Выпечка дрож./печенье/пряники	30	191	3,65	7,15	28,01
ГОСТ 31807-2018г.	5	Хлеб	20	40	1,38	0,18	8,14
		Итого	575	746	35,14	25,24	94,57
		2 день					
№50 сб.р.2005	1	Салат из свежих/отварных овощей/овощи свежие/соленые порционные	100	82	0,83	7,47	2,68
№388 сб.р.2006	2	Котлета рыбная	100	157	12,43	8,08	8,42
№520 сб.р.2007	3	Пюре картофельное с маслом слив.	185	191	3,70	8,94	24,03
№631 сб.р.2007	4	Компот из сухофруктов/св.фруктов, ягод	200	103	0,15	0,14	25,36
ГОСТ 31807-2018г.	5	Хлеб	20	40	2,06	0,26	12,20
		Итого	605	572	19,18	24,88	72,69
		3 день					
№97 сб.р.2007	1	Салат из свежих/отварных овощей/овощи свежие/соленые порционные	100	112	1,17	8,93	6,52
№97 сб.р.2007	2	Цыпленок отварной	100	213	25,29	12,21	0,42
№366 сб.р.2008	3	Рис отварной с маслом сливочным	185	277	4,34	9,51	43,58
№695 сб.р.2009	4	Чай с сахаром	200	56	0,18	0,40	13,66
ГОСТ 31807-2018	5	Хлеб	20	40	1,38	0,18	8,14
		Итого	605	697	32,36	31,23	72,31
		4 день					
№50 сб.р.2005	1	Салат из свежих/отварных овощей/овощи свежие/соленые порционные	100	82	0,83	7,47	2,68
№488 сб.р. 2004г	2	Жаркое по-домашнему	225	282	20,90	19,41	20,36
№631 сб.р.2007	3	Компот из сухофруктов/св.фруктов, ягод	200	103	0,15	0,14	25,36
ГОСТ 53041-2008	4	Выпечка дрожжевая/печенье/пряники	30	191	3,65	7,15	28,01
ГОСТ 31807-2018г.	5	Хлеб	20	40	2,06	0,26	12,20
		Итого	575	698	27,59	34,43	88,61
		5 день					
№50 сб.р.2005	1	Салат из свежих/отварных овощей/овощи свежие/соленые порционные	100	82	0,83	7,47	2,68

сб.р.2005	2	Тефтели мясные с соусом	110	229	6,88	17,36	11,26
сб.р.2010	3	Каша гречневая рассыпчатая	180	271	9,89	6,44	43,28
сб.р.2011	4	Чай с сахаром	200	56	0,18	0,04	13,66
ГОСТ 31807-2018г.	5	Хлеб	20	40	2,06	0,26	12,20
			610	678	19,84	31,57	83,09
2 неделя							
	1 день						
№97 сб.р.2007	1	Салат из свежих/отварных овощей/овощи	100	112	1,17	8,93	6,52
№311 сб.р.2005	2	Колобок особый	100	306	9,91	24,64	10,96
№692 сб.р.2006	3	Макаронные изделия отварные с мас.сл	185	265	6,58	8,53	40,35
ГОСТ 31805-2018	4	Чай с сахаром	200	56	0,18	0,04	13,66
ГОСТ 53041-2008	5	Хлеб	20	40	1,38	0,18	8,14
		Итого	605	778	19,21	42,33	79,62
	2 день						
№50 сб.р.2005	1	Салат из свежих/отварных овощей/овощи свежие/соленые порционные	100	82	0,83	7,47	2,68
№388 сб.р.2006	2	Котлета рыбная	100	157	12,43	8,08	8,42
№520 сб.р.2007	3	Пюре картофельное с маслом слив.	185	191	3,70	8,94	24,03
№631 сб.р.2007	4	Компот из сухофруктов/св.фруктов, ягод	200	103	0,15	0,14	25,36
ГОСТ 31807-2018г.	5	Хлеб	20	40	2,06	0,26	12,20
		Итого	605	572	19,18	24,88	72,69
	3 день						
№50 сб.р.2005	1	Салат из свежих/отварных овощей/овощи свежие/соленые порционные	100	82	0,83	7,47	2,68
№492 сб.р.2006	2	Плов из цыпленка	225	348	43,16	13,41	57,38
№631 сб.р.2007	3	Компот из сухофруктов/св.фруктов, ягод	200	103	0,15	0,14	25,36
ГОСТ 53041-2008	4	Выпечка дрожжевая /печенье/пряники	30	191	3,65	7,15	28,01
ГОСТ 31807-2018г.	5	Хлеб	20	40	2,06	0,26	12,20
		Итого	575	764	49,85	28,43	125,63
	4 день						
№50 сб.р.2005	1	Салат из свежих/отварных овощей/овощи свежие/соленые порционные	100	82	0,83	7,47	2,68
№454 сб.р.2006	2	Котлета по-хлыновски	100	350	8,60	21,70	14,08
№516 сб.р.2009	3	Макароны отварные с маслом сливочным	185	265	6,58	8,53	40,35
№685 сб.р.2011	4	Чай с сахаром	200	56	0,18	0,04	13,66
ГОСТ 31807-2018г.	5	Хлеб	20	40	2,06	0,26	12,20
		Итого	605	793	18,25	38,00	82,97
	5 день						
№50 сб.р.2005	1	Салат из свежих/отварных овощей/овощи свежие/соленые порционные	100	82	0,83	7,47	2,68
№488 сб.р. 2004г	2	Жаркое по-домашнему	225	282	20,90	19,41	20,36
№685 сб.р.2011	3	Чай с сахаром	200	56	0,18	0,04	13,66
ГОСТ 53041-2008	4	Выпечка дрожжевая /печенье/пряники	30	191	3,65	7,15	28,01
ГОСТ 31807-2018г.	5	Хлеб	20	40	2,06	0,26	12,20
		Итого	575	651	27,62	34,33	76,91

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