

СОГЛАСОВАНО

Управление респотребнадзора
по Псковской области

№ 12 " 12 " 2019



Двухнедельное циклическое меню завтраков учащихся возрастной категории 7-11 лет (1-5 класс)

№ реп.	Наименование блюда	Масса порции гр	Ккал	Белки	Жиры	Угле- воды	Вита- мины	Вита- мины	Вита- мины	Вита- мины	Мине- ралы	Мине- ралы	Мине- ралы	Мине- ралы
							(мг) B1	(мг) C	(мг) A	(мг) E	(мг) Ca	(мг) P	(мг) Mg	(мг) Fe

1 неделя

1 день														
№ 413 сб. п. 2004 г.	Колбаса отварная	80	184	9,63	15,63	1,09	0,13				20,42	123,9	15,31	1,18
№ 516 сб. п. 2004 г.	Макароны отварные с маслом слив.	155	217	5,34	7,13	32,8	0,06		24,6	0,86	18,94	42,88	7,58	0,78
№ 685 сб. п. 2004 г.	Чай с сахаром	200	56	0,18	0,04	13,66		0,02			3,95	6,24	3,33	0,66
ГОСТ Р 53041-2008	Мучное кондитерское изделие	30	158	1,4	6,65	21,7								
ГОСТ 31807-2012	Хлеб	30	59	2,06	0,26	12,2	0,07				9,9	39	16,2	0,72
	Итого		674	18,61	29,71	81,45	0,26	0,02	24,6	0,86	53,21	212	42,42	3,34

2 день

№ 520 сб. 2004 г.	Пюре картофельное с маслом слив.	155	202	3,02	7,4	21,9	0,12	10,38	25,95	0,23	45,47	86,68	28,89	1,1
№ 451 сб. п. 2004 г.	Котлета мясная	80	285	8,91	21,81	7,33	0,01	0,32		2,37	8,74	13,1	2,84	0,23
№ 50 сб. п. 2004 г.	Салат школьный	60	82	1,52	10,64	8,94	0,02	4,32			29,12	20,2	10,45	0,68
№ 639 сб. п. 2004 г.	Компот из сухофруктов	200	142	1	0,1	34,2		0,02			3,95	6,24	3,33	0,66
ГОСТ 31807-2012	Хлеб	30	59	2,06	0,26	12,2	0,07				9,9	39	16,2	0,72
	Итого		770	16,51	40,21	84,57	0,22	15,04	25,95	2,6	97,18	165,2	61,71	3,39

3 день

№ 366 сб. п. 2004 г.	Запеканка из творога с повидлом	150/15	309	20,06	23,11	26,02	0,04	0,24	24,43	0,97	146,7	196,2	22	0,74
№ 769 сб. п. 2004 г.	Булочка домашняя	50	187	4,05	6,28	28,7	0,07	0,11	4,87	3,1	34,74	41,72	10,66	0,65
№ 685 сб. п. 2004 г.	Чай с сахаром	200	56	0,18	0,04	13,66		0,02			3,95	6,24	3,33	0,66
ГОСТ 31807-2012	Хлеб	30	59	2,06	0,26	12,2	0,07				9,9	39	16,2	0,72
	Итого		611	26	30	81	0	0	29	4	195	283	52	3

4 день

№ 511 сб. п. 2004 г.	Рис отварной с маслом сливочным	155	185	3,4	3,1	36	0,06		24,6	0,86	18,94	42,88	7,58	0,78
----------------------	---------------------------------	-----	-----	-----	-----	----	------	--	------	------	-------	-------	------	------

№8 сб.р. 2004г.	Котлета из цыпленка	80	265	8,91	21,81	7,33	0,01	0,32		2,37	8,74	13,1	2,84	0,23
№20 сб.р. 2004г.	Салат из свежей капусты													
	с маслом растительным	60	55	0,87	2,69	5,12	0,01	8,65		1,39	24,82	16,37	8,77	0,31
ТР ТС 023/2011.	Сок фруктовый	200	90			22		0,02			0,02	0,2	0,02	4
ГОСТ 31807-2012	Хлеб	30	59	2,06	0,26	12,2	0,07				9,9	39	16,2	0,72
	Итого		654	15,24	27,86	82,65	0,15	8,99	24,6	4,62	62,42	111,6	35,41	6,04
	5 день													
№388 сб.р. 2004г	Котлеты рыбные (минтай)	80	130	8,86	6,28	7,53	0,05	0,63	3,07	3,55	21,77	108,2	16,6	0,5
№ 520 сб. 2004г.	Пюре картофельное с маслом слив.	155	202	3,02	7,4	21,9	0,12	10,38	25,95	0,23	45,47	86,68	28,89	1,1
№17 сб.р. 2004г.	Салат из свеклы													
	с маслом растительным	60	69	0,76	5,32	4,47	0,01	2,16			19,53	20,2	10,45	0,68
№ 685 сб. р. 2004г.	Чай с сахаром	200	56	0,18	0,04	13,66		0,02			3,95	6,24	3,33	0,66
ГОСТ 31807-2012	Хлеб	30	59	2,06	0,26	12,2	0,07				9,9	39	16,2	0,72
	Итого		516	14,88	19,3	59,76	0,25	13,19	29,02	3,78	100,6	260,4	75,47	3,66
2 неделя														
	1 день													
№ 333 сб.р. 2004г.	Макароны отварные													
	с сыром и маслом сливочным	185	310	12,39	14,53	32,39	0,07	0,34	0,07		295,6	181,8	7,61	0,78
ГОСТ Р 53041-2008	Мучное кондитерское изделие													
	с шоколадной глазурью	30	132	1,2	4,83	21,15				0,8	60			0,5
ГОСТ 31807-2012	Хлеб	30	59	2,06	0,26	12,2	0,07				9,9	39	16,2	0,72
№ 685 сб. р. 2004г.	Чай с сахаром	200	56	0,18	0,04	13,66		0,02			3,95	6,24	3,33	0,66
	Итого		557	15,83	19,66	79,4	0,14	0,36	0,07	0,8	369,5	227	27,14	2,66
	2 день													
№488 сб.р. 2004г	Жаркое по-домашнему	150	272	13,93	12,94	13,57	0,12	7,3	0,02		22,09	144,6	28,82	1,58
№20 сб.р. 2004г.	Салат из свежей капусты													
	с маслом растительным	60	55	0,87	2,69	5,12	0,01	8,65		1,39	24,82	16,37	8,77	0,31
ГОСТ 31807-2012	Хлеб	30	59	2,06	0,26	12,2	0,07				9,9	39	16,2	0,72
№ 639 сб.р. 2004г	Компот из сухофруктов	200	142	1	0,1	34,2		0,02			3,95	6,24	3,33	0,66
	Итого		528	17,86	15,99	65,09	0,2	15,97	0,02	1,39	60,76	206,2	57,12	3,27
	3 день													
№ 366 сб. р. 2004г.	Запеканка из творога													
	с повидлом	150/15	309	20,06	23,11	26,02	0,04	0,24	24,43	0,97	146,7	196,2	22	0,74
№ 769 сб.р. 2004г.	Булочка домашняя	50	187	4,05	6,28	28,7	0,07	0,11	4,87	3,1	34,74	41,72	10,66	0,65
№ 685 сб. р. 2004г.	Чай с сахаром и лимоном	200	56	0,18	0,04	13,66		0,02			3,95	6,24	3,33	0,66
ГОСТ 31807-2012	Хлеб	30	59	2,06	0,26	12,2	0,07				9,9	39	16,2	0,72
	Итого		611	26,35	29,69	80,58	0,18	0,37	29,3	4,07	195,3	283,2	52,19	2,77
	4 день													

№516 сб.р. 2004г	Макароны отварные с маслом слив.	155	217	5,34	7,13	32,8	0,06		24,6	0,86	18,94	42,88	7,58	0,78
№ 451 сб.р. 2004г.	Котлета мясная	80	285	8,91	21,81	7,33	0,01	0,32		2,37	8,74	13,1	2,84	0,23
№ 685 сб. р. 2004г.	Чай с сахаром	200	56	0,18	0,04	13,66		0,02			3,95	6,24	3,33	0,66
№ 50 сб.р. 2004 г.	Салат школьный	60	82	1,52	10,64	8,94	0,02	4,32			29,12	20,2	10,45	0,68
ГОСТ 31807-2012	Хлеб	30	59	2,06	0,26	12,2	0,07				9,9	39	16,2	0,72
	Итого		699	18,01	39,88	74,93	0,16	4,66	24,6	3,23	70,65	121,4	40,4	3,07
	5 день													
№302 сб.р. 2004г	Каша молочная с маслом сливочным	200/10	222	6,04	9,45	28,09	0,17	10,08	0,02		37,12	223,2	46,54	
№ 685 сб.р. 2004г.	Бутерброд с сыром	15/20	168	8,66	8,55	14,03	0,03	0,08	46,8	0,66	237,6	147,5	12,53	0,57
№ 307 сб.р. 2004г.	Яйцо вареное	40	60	4,78	4,05	0,25	0,05	0,16	122,4	1,48	74,25	158,2	12,28	1,79
№692 сб.р. 2004г	Какао с молоком	200	131	3,64	2,73	22,9	0,03	0,52	6	0,01	110,63	101,09	26,97	0,9
	Итого		581	23,12	24,78	65,27	0,28	10,84	175,2	2,15	459,6	629,9	98,32	3,26

Технический нормативный документ: Министерство экономического развития и торговли Российской Федерации. 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.