

УТВЕРЖДАЮ ДИРЕКТОР ООО "ПРОФИТАНИЕ"
ТИТОВА Е.Л.



СОГЛАСОВАНО ДИРЕКТОР ЛИЦЕЙ № 40
САВИЦКАЯ С.В.



Примерное 10-дневное меню по организации горячего питания обучающихся с 1-4 класс

| № РАСК, СБ.Р. | ВЫХОД | НАИМЕНОВАНИЕ | ЦЕНА | К/КАЛ | БЕЛКИ | ЖИРЫ | УГЛЕВ |
|---------------|------------|---------------------------------------|--------------|----------------|---------------|---------------|---------------|
| | | ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК | | | | | |
| | | НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ | | | | | |
| | | ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 7-11 ЛЕТ | | | | | |
| | | ЗАВТРАК | | | | | |
| 54-16к-2021 | 200 | КАША "ДРУЖБА" | | 178,000 | 5,000 | 6,900 | 23,900 |
| 3/2011. | 20/40 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | | 219,200 | 10,800 | 9,500 | 27,846 |
| 54-2гн-2021 | 200 | ЧАЙ С САХАРОМ | | 26,800 | 0,200 | 0,000 | 6,500 |
| 338/2011 | 100 | ФРУКТЫ | | 47,000 | 0,400 | 0,400 | 9,800 |
| | 560 | ИТОГО: | 95,00 | 471,000 | 16,400 | 16,800 | 68,046 |
| | | ДЕНЬ: ВТОРНИК | | | | | |
| | | НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ | | | | | |
| | | ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 7-11 ЛЕТ | | | | | |
| | | ЗАВТРАК | | | | | |
| 54-5м-2021 | 50 | КОТЛЕТА ИЗ КУРИЦЫ | | 84,730 | 9,600 | 8,200 | 6,733 |
| 54-6г-2021 | 150 | РИС ОТВАРНОЙ | | 208,700 | 3,600 | 5,400 | 36,400 |
| 54-3соус-2021 | 50 | СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ | | 36,550 | 1,650 | 1,350 | 4,450 |
| 54-2гн-2021 | 200 | ЧАЙ С САХАРОМ | | 26,800 | 0,200 | 0,000 | 6,500 |
| ПР | 30 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | 77,700 | 2,550 | 0,990 | 12,750 |
| ПР | 20 | БАТОН | | 52,200 | 1,500 | 0,520 | 10,120 |
| | 500 | ИТОГО: | 95,00 | 486,680 | 19,100 | 16,460 | 76,953 |

| | | | | | | | |
|-------------|------------|--------------------------------------|--------------|----------------|---------------|---------------|---------------|
| | | ДЕНЬ:СРЕДА | | | | | |
| | | НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ | | | | | |
| | | ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ:7-11 ЛЕТ | | | | | |
| | | ЗАВТРАК | | | | | |
| 173/2011 | 200 | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНИЧНАЯ | | 297,140 | 8,220 | 10,530 | 42,200 |
| 54-2гн-2021 | 200 | ЧАЙ С САХАРОМ | | 26,800 | 0,200 | 0,000 | 6,500 |
| ПР | 30 | КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ | | 165,700 | 5,780 | 7,840 | 13,200 |
| 338/2011 | 100 | ФРУКТЫ | | 96,000 | 1,500 | 0,500 | 21,000 |
| | 530 | ИТОГО: | 95,00 | 585,640 | 15,700 | 18,870 | 82,900 |
| | | | | | | | |
| | | ДЕНЬ:ЧЕТВЕРГ | | | | | |
| | | НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ | | | | | |
| | | ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ:7-11 ЛЕТ | | | | | |
| | | ЗАВТРАК | | | | | |
| 54-3г-2021 | 170/20 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ | | 284,300 | 10,890 | 11,700 | 44,006 |
| 1/2011. | 20/40 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | | 216,400 | 7,300 | 6,650 | 20,500 |
| 54-2гн-2021 | 200 | ЧАЙ С САХАРОМ | | 26,800 | 0,200 | 0,000 | 6,500 |
| 338/2011 | 100 | ФРУКТЫ | | 47,000 | 0,400 | 0,400 | 9,800 |
| | 550 | ИТОГО: | 95,00 | 574,500 | 18,790 | 18,750 | 80,806 |

| | | | | | | | |
|---------------|------------|--------------------------------------|--------------|----------------|---------------|---------------|---------------|
| | | ДЕНЬ:ПЯТНИЦА | | | | | |
| | | НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ | | | | | |
| | | ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ:7-11 ЛЕТ | | | | | |
| | | ЗАВТРАК | | | | | |
| 269/2011 | 50 | КОТЛЕТЫ (ОСОБЫЕ) | | 135,970 | 6,820 | 7,894 | 16,238 |
| 54-11г-2021 | 150. | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | | 145,800 | 3,100 | 6,000 | 19,700 |
| 54-3соус-2021 | 50 | СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ | | 36,550 | 1,650 | 1,350 | 4,450 |
| 54-2гн-2021 | 200 | ЧАЙ С САХАРОМ | | 26,800 | 0,200 | 0,000 | 6,500 |
| ПР | 30 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | 77,700 | 2,550 | 0,990 | 12,750 |
| ПР | 20 | БАТОН | | 52,200 | 1,500 | 0,520 | 10,120 |
| | 500 | ИТОГО: | 95,00 | 475,020 | 15,820 | 16,754 | 69,758 |
| | | ДЕНЬ:ПОНЕДЕЛЬНИК | | | | | |
| | | НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ | | | | | |
| | | ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ:7-11 ЛЕТ | | | | | |
| | | ЗАВТРАК | | | | | |
| 54-6К-2021 | 200 | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ | | 226,800 | 3,300 | 4,700 | 31,750 |
| 3/2011. | 20/40 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | | 216,400 | 7,300 | 6,650 | 20,500 |
| 54-23гн-2021 | 200 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | 91,200 | 5,800 | 3,500 | 11,200 |
| 338/2011 | 100 | ФРУКТЫ | | 47,000 | 0,400 | 0,400 | 9,800 |
| | 560 | ИТОГО: | 95,00 | 581,400 | 16,800 | 15,250 | 73,250 |

| | | | | | | | |
|---------------|------------|---------------------------------------|--------------|----------------|---------------|---------------|---------------|
| | | ДЕНЬ: ВТОРНИК | | | | | |
| | | НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ | | | | | |
| | | ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 7-11 ЛЕТ | | | | | |
| | | ЗАВТРАК | | | | | |
| 271/2011 | 50 | КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ | | 132,950 | 7,320 | 8,650 | 14,480 |
| 54-11г-2021 | 150 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | | 145,800 | 3,100 | 6,000 | 19,700 |
| 54-3соус-2021 | 50 | СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ | | 36,550 | 1,650 | 1,350 | 4,450 |
| 54-2гн-2021 | 200 | ЧАЙ С САХАРОМ | | 26,800 | 0,200 | 0,000 | 6,500 |
| ПР | 30 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | 77,700 | 2,550 | 0,990 | 12,750 |
| ПР | 20 | БАТОН | | 52,200 | 1,500 | 0,520 | 10,120 |
| | | ИТОГО: | 95,00 | 472,000 | 16,320 | 17,510 | 68,000 |
| | 500 | | | | | | |
| | | ДЕНЬ: СРЕДА | | | | | |
| | | НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ | | | | | |
| | | ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 7-11 ЛЕТ | | | | | |
| | | ЗАВТРАК | | | | | |
| 288/2011 | 50 | ПТИЦА ОТВАРНАЯ | | 77,420 | 6,083 | 7,286 | 2,583 |
| 54-1г-2021 | 150 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ | | 202,000 | 5,300 | 5,500 | 32,700 |
| 330/2011 | 50 | СОУС СМЕТАННЫЙ | | 37,050 | 0,700 | 2,500 | 2,930 |
| 54-2гн-2021 | 200 | ЧАЙ С САХАРОМ | | 26,800 | 0,200 | 0,000 | 6,500 |
| ПР | 30 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | 77,700 | 2,550 | 0,990 | 12,750 |
| ПР | 20 | БАТОН | | 52,200 | 1,500 | 0,520 | 10,120 |
| | | ИТОГО: | 95,00 | 473,170 | 16,333 | 16,796 | 67,583 |
| | 500 | | | | | | |

| | | | | | | | |
|-------------|-------------|---------------------------------------|--------------|-----------------|----------------|----------------|----------------|
| | | ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ | | | | | |
| | | НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ | | | | | |
| | | ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 7-11 ЛЕТ | | | | | |
| | | ЗАВТРАК | | | | | |
| 174/2011 | 200 | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА | | 294,00 | 10,900 | 9,850 | 42,950 |
| 1/2011. | 10/40. | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | | 216,400 | 7,300 | 6,650 | 20,500 |
| 54-2гн-2021 | 200 | ЧАЙ С САХАРОМ | | 26,800 | 0,200 | 0,000 | 6,500 |
| 338/2011 | 100 | ФРУКТЫ | | 47,000 | 0,400 | 0,400 | 9,800 |
| | 550 | ИТОГО: | 95,00 | 584,200 | 18,800 | 16,900 | 79,750 |
| | | ДЕНЬ: ПЯТНИЦА | | | | | |
| | | НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ | | | | | |
| | | ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 7-11 ЛЕТ | | | | | |
| | | ЗАВТРАК | | | | | |
| 54-3г-2021 | 170/30 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ | | 284,300 | 10,890 | 11,700 | 44,006 |
| 54-2гн-2021 | 200 | ЧАЙ С САХАРОМ | | 26,800 | 0,200 | 0,000 | 6,500 |
| ПР | 50 | КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ | | 165,700 | 5,780 | 3,840 | 13,200 |
| 338/2011 | 100 | ФРУКТЫ | | 47,000 | 0,400 | 0,400 | 9,800 |
| | 550 | ИТОГО: | 95,00 | 523,800 | 17,270 | 15,940 | 73,506 |
| | 5300 | ИТОГО: | 95,00 | 5227,410 | 171,333 | 170,030 | 740,552 |

Рекомендуемое меню разработано согласно сборника рецептов на продукцию для обучающихся во всех общеобразовательных учреждениях/Под редакцией М.П.Могилевского и В.А.Тутельяна,2011год.
 Гигиена детей и подростков. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций, Новосибирск-2021 г.

БУХГАЛТЕР:

