Примерное 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием возрастной группы 7-11 лет

CHI No 7

LUDENTON LUCYCU, 4

Пицевые вещества блюда Масса порции Белки, г Жиры, г Углеводы, г Завтрак 200 7,13 9,20 34,40 50 3,95 0,50 21,15 35/5/10 5,80 8,00 11,60 200 3,16 2,66 15,94		574,13	83,09	20,36	20,04	
вание блюда Масса порции Белки, г Жиры, г Углеводы, г 9 ТТК №302 200 7,13 9,20 34,40 50 3,95 0,50 21,15 3379 200 3 1,6 200 11,60	379		15,94	2,66	20.04	500
блюда Масса порции Белки, г Жиры, г Углеводы, г К №302 200 7,13 9,20 34,40 50 3,95 0,50 21,15	w		11,60	8,00	3 16	200
1 день иние блюда Масса поршин Пищевые вещества Белки, г Жиры, г Углеводы, г Я ТТК №302 200 7,13 9,20 34,40 50 3 ок 9,20 34,40	6		21,15	0,50	5.80	35/5/10
Масса порции Белки, г Жиры, г Углеводы, г 3автрак 200 7 г. 200 2 г. 2 г. 200 2 г. 2 г. 200 2 г. 200 2 г. 200 2 г. 200 2 г. 2 г. 200 2 г. 2 г. 200 2 г. 2 г.	TTK No		34,40	9,20	3.05	50
I день Именование блюда Масса Пицевые вещества	Typ	ценность, ккал	Углеводы, г	Жиры, г	Завтран	unndon
1 день	A No. of the last	Энепгети-полож	ва	Тищевые вещест		Масса
0,91	OY Ve 7	THE CONTRACTOR OF THE CONTRACT			1 день	
	10 - Marie	Директор				

Утверждаю

		Итого за прием пиши:	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303	307/363 СОУСОМ ТОМАТНЫМ №	ТЕФТЕЛИ С РИСОМ (CBEKJIA OTBAPHASI No.2	Opposit	далагат инка запменование блюда	The Cox 3 change of the Co	ДОКУМЕНТОВ)	для
	582	50	200	150	00/20	60/2		инидоп	Macca			
10,12	19 12	3 13	0.20	10,90	0,3	0.0	Завтрак	Белки, г		2 день		
16,00	0,50	0,00	4,50	10,90	0,1			Жиры, г	Пищевые вещества			
71,95	20,63	15,00	17,72	13,50	5,1			Углеводы, г	Тва			
512,90	99,00	58,00	125,90		24,4			ценность, ккал туры			Директор	Согласовано
	7	685	303	205,60 307/363	1 2			туры	SOAT SECTION		NON INCOV	3
		2011					Pencilyp			100	nhizo. m	4 H O &

	Итого за прием пищи:	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ № 492 КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №52	СВЕЖИЙ) № 27	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ПОМИЛОВ СОТЕТТЬ В		прием зипп, наименование блюда	117. COO3 - 4 Sept.	Organia State Control of the Control	RUNA	Директория со
510	50	200	200	60		порции	Macca				
19,13	3,13	0,30	0,6	Sabipak	Zaprnaci	Белки, г		3 день			
18,50	0,50	0.00	0,0			Жиры, г	Пищевые вещества				
68,23	70.63	30,20	1,4		у тыкводы, г	Vrappon	ГВа				
519,20		345,80	8,0		acinocib, KKZJ	Энергети-ческая № рецеп-			Директор	Согласовано	
7	53	492	27		Туры	№ рецеп-	* * * * * * * * * * * * * * * * * * *	1000	CHI No 7	NEW	10000
					рецептур	Сборник	80003	1	Pirowin w	08 44 HHII303	See of the

4 день

Директор Согласовано

MKOY

Итого за прием пищи: ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 БЛОДО ИЗ РЫБЫ (РЫБА,ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ № 229 или КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК№106) ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686 КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310 Прием пищи, наименование блюда порции Macca 500 50 200 160 90 16,39/18,89 Белки, г Завтрак 9,1/11,60 3,95 0,30 3,04 Пищевые вещества 16,6/16,8 Жиры, г 11,6/11,80 0,50 0,00 4,50 Углеводы, г 71,8/73,9 10,9/13,0 21,15 15,20 24,55 470,03/486,73 Энергети-ческая ценность, ккал 142,3/159,00 116,33 151,40 60,00 № рецеп-туры 229/106 686 310 6 Сборник рецептур 2011 2017 2017

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обуч

		Итого за прием пищи:	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	HAN C CAXAPOM № 685	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2	№175	маша молочная из РИСА И ППЕНА ТОХОГО	CATTA	олода	Tipuewani Haman	3	* a a a a a a a a a a a a a a a a a a a	CHAN THURSTON STATE OF THE PARTY OF THE PART	Директор В В В В В В В В В В В В В В В В В В В	Утверждаю
	530	120	200	30/20	160			паридоп	Macca						
0,00	16.66	0,60	0,20	5,00	10,86		Завтрак	Белки, г		o Acido	5 1011				(завтраки) обучающихся
16,92	0,00	0,00	0000	4 40	11,92			Жиры, г	Пищевые вещества						раки) обучаг
82,26	14,30	15,00	25,20		27,76			Углеводы, г	ГВа						
	68,40	58,00	156,00		5 206.00			ценность, ккал тупы			(M)	Директор	Согласовано		возрастной группы 7-11 лет МОХ
	338	685	2		175		and C.	№ рецеп-	1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	See of the see	A JOH	Carrent Carren	S S S S S S S S S S S S S S S S S S S	1 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	ы 7-11 ли
1107	2017	2011	2017				рецентур		A LINE OF STREET	A THE PROPERTY OF	- NO.00	A SAME AND	N S S S S S S S S S S S S S S S S S S S	STATE OF THE PERSON OF THE PER	YOM T
									_						

Директор

		Итого за прием пинии:	ΦΡΎΚΤЫ CBEЖИЕ (ЯБПОКО) NGOO	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОПОКОХ Х	BYTEPEPON C MACTON MENTION NEVILLINE 181	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КВУГП		грисм пищи, наименование блюда	1,00000 mm
	530	120	200	35/5/10	160		unndon	Macca	
	16.76	0.60	3 16	5.80	7 20	Завтрак	Белки, г		6 день
19,96	0,60	2,66	0,00	8,70			Жиры, г	Пищевые вещества	
75,65	14,30	15,94	11,60	33,81			Углеводы, г	гва	
527,64	68,40	100,60	0 147,00	211,64			ценность, ккал	Hughran	
	338	379	ယ	181		iadf.	№ рецен-	N. C. W. C.	LUV A
	2017		2017			рецептур	*	* HOUSE STATE	W. 1000

10-ти инсвиое меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ TINS * Aediona solution to the solution of the

Согласовано Директор

	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303 КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №52	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (КАПУСТА КВАШЕНАЯ №3 или ИКРА		Прием пици, наименование блюта
560	200	150	1		порции	Macca
16,56	0,30	9,00	0,90	Завтрак	Белки, г	7 день
0,30	0,00	8,70	4,30		Жиры, г	Тишевы по
14,49 72,16	17,72	20,20	3,75	этлеводы, г	VETTO	
70,90 526,50	125,90 66,40		57,70	ценность, ккал	Энергети-ческая № рецеп-	
6	303 53	205,60 455/363	3/88	туры	№ рецеп-	CE
				рецептур	Сборник	16 M.

	6	484,3	82,29	18,7	16,48	510	
2011	685	58,00	21.15	0,50	3,95	50	Итого за прием пищи:
	259	305,00	45,30	0.00	0,20	200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6
	-	3,0		10 10	11.92	200	PAN C CAXAPOM № 685
		70	0.84	0,1	0,41	60	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ № 259
							№ 1
рецептур	and C.				Завтрак		OBOTT
Сборник	№ рецеп-	Энергети-ческая ценность, ккал	Углеводы, г	Жиры, г	Белки, г	порции	
	THE WAY & GO	146		Пищевые вещества		Macca	гарием пап ци, наименование блюда
					8 день		10003 Asia
M + 20000	THE NO	Директор					1
N YOM (TO	NAMON	Согласовано					P OF T
MOY	er 11-1 le	MOY TEL MOY					Утверждаю Ст. п.

10-ги дневное меню для обеспечения горячим питанием (завтраки) обучающихся возрастной группы 7-11 дет мОУ 4364 * ДБО * ОЗТОРНОВ *

9 день

Директор Согласовано

	To the state of th	Итого за прием пиши.	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ мее	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 1868	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №202	294/363	КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИПЫ С СОМОМ		прием пиши, наименование блюда
	500	30	200	150	90/30	00/20		порции	Macca
	17.67	2 37	0.5.0	3,70	11,30		Завтрак	Белки, г	
10,10	0,30	0,00	0,70	5 70	12,10			Жиры, г	Пищевые вещества
72,49	14,49	15,20	28,20		14,60			Углеводы, г	Тва
532,20	70,90	60,00	195,70					ценность, ккал туры	
	6	686	203		205,60 294/363			№ рецеп-	* ABRUM
		2011	2017				Predemijo		The state of the s

Согласовано Директор

	и ото за прием пищи:	Итого за пишеничный №6	ХПЕЕ ППЕПППП № 20085К	HAĞ CONTEST		TATHIEBUIL C TROP		- насм паши, наименование блюда	71. COO3. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1.
	510	50	200	30	200/30		порции	Macca	
10,00	18.85	3 05	0.20	3 00	10.0	Завтрак	Белки, г		ио день
19,90	0,50	0,00	4,10				Жиры, г	Нищевые вещества	
	21,15			38,8			Углеводы, г	Тва	
5 505,73	5 116,33	0 42,00	90,50	,8 256,9			ценность, ккал туры	Энергети-ческого	
	6	685K	9	154			туры	No.	* ADWHAM
		2011				dimen	Сборник	2	No.

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

	3	оел МП Моши	ежлениях / Пол г	соорник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учрежлениях / Под ред. М.П. М.
	4	_	-	Соотношение пищевых веществ
(,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,				
514 1/515 7	76,3/76,5	18,2/18,2	17,7/18,0	Среднее значение за период
27.11,00/212/1/0	, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,			
5141 06/5157 76	177,6/180,16 182,79/182,99 763,07/765,17 5141 06/5157 76	182,79/182,99	177,6/180,16	Итого за период
ккал	уг	¥	0	Итого

плюс, 2017. - 543с. о и В.А. Тутельяна. - М.:ДеЛи

Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапшиной. - М.:

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Сборник технических нормативов. ФГФУ НЦЗД Минздрава России, НИИ ГиОЗДиП / под редакцией член-корр. РАН, д.м.н., профессора В.Р. Кучмы - М.: Издатель Научный центр здоровья детей,

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян - -

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.:ДеЛи принт, 2011. - 584c.