

СОГЛАСОВАНО:

Управление Федеральной службы
по надзору в сфере защиты прав
потребителей и благополучия
человека по Вологодской области

ЗАМ. РУКОВОДИТЕЛЯ

И.В. ЧЕЖИНА

От « 11 » 09 2020 года

СОГЛАСОВАНО:

Директор БОУ ВО «Вологодский
многопрофильный лицей»

Макарьин А.А.

От « » 20 года

УТВЕРЖДАЮ:

ООО «Центропит»

М. В. Буренин

От « » 20 года

**ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ
БОУ ВО «ВОЛОГОДСКИЙ МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ ЛИЦЕЙ»**

Дети с 7-11 лет

Осенне-зимний-весенний период

КОПИЯ
ВЕРНА

ОГРНИЧНОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТИ
ИНН 3525286690
Для
подписания
ИМ
ИНН 3525286690
РОССИЯ - г. ВОЛОГДА

Директор ООО «Центропит»
Буренин М.В.

№ рец.	Прием пищи. наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность.	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Ca	Р	Mg	Fe
1 нед.	<i>1 день (понедельник)</i>												
	<i>Завтрак</i>												
311	Каша пшеничная молочная	180	7.38	11.16	46.08	223.2	0.27	0.38	-	71.99	135.09	43.49	1.07
ГОСТ	Хлеб из муки пшеничной	60	3.0	1.16	20.64	106	0.05	-	-	7.6	26	5.2	0.48
96	Масло сливочное порционно	10	1.88	7.98	12.98	131.6	0	0	59	1	2	0	0
685	Чай с сахаром	200	0.2	-	9.98	39.9	-	0	-	11.6	8	6	0.8
	Итого:		12,4558	20,295	89,68	500,7	0,32	0,38	59	92,19	171,09	54,69	2,35
	<i>Обед</i>												
515	Кукуруза консервированная	20	0.42	0.82	2.16	17.8	0.002	6	0	13.8	8.4	14.4	9
139	Суп картофельный с бобовыми. щипленком	200	7.17	6.44	16.98	154.85	0.22	11.33	4.88	31.55	94.88	29.2	1.9
413	Сосиска отварная с соусом	50/30	7.43	14.69	2.63	182.52	0.2	0.85	0	34.02	133.04	17	1.39
508	Каша гречневая рассыпчатая	120	9.49	10.08	57.29	285.8	0.22	0	0.09	18.64	0.72	95.6	1.84
648	Кисель плодово-ягодный	200	-	-	31.82	127.26	0.11	5.04	72	0.3	-	-	0.03
ГОСТ	Хлеб ржано-пшеничный	40	3.96	0.66	24.6	157.2	0.07	-	-	11.4	39	7.8	0.72
	Итого:		28,4677	32,6934	135,483	925,43	0,822	23,22	76,97	109,71	276,04	164	14,88
	<i>Полдник</i>												
772	Булочка витушка	75	9.08	10.13	62.87	378.6	0.15	-	9.78	21.08	83.43	14.14	1.15
686	Чай с сахаром и лимоном	200	0.34	0.02	15.42	64.95	0.01	6	-	18	11.3	7.8	0.89
	Итого:		9,42	10,15	78,29	443,55	0,16	6	9,78	39,08	94,73	21,94	2,04
	<i>Ужин</i>												
492	Плов из птицы	200	16.98	17.24	39.72	384.4	0.12	0	19.4	3.4	271.4	50.4	2.4
631	Компот из св. плодов	200	0.12	0	34.71	142.2	0.02	8.3	0	17.88	11.5	16.6	1.66
ГОСТ	Хлеб дарницкий	40	4.5	1.74	30.84	157.2	0.07	-	-	11.4	39	7.8	0.72
	Итого:		21,6	18,98	105,27	683,8	0,21	8,3	19,4	32,68	321,9	74,8	4,78
	<i>Дополнительно:</i>												
	Фрукт свежий (яблоко 150)	шт	0.008	0	19.6	90	0.004	10	0	38	24	29.2	32
	Итого:		0,008	0	19,6	90	0,004	10	0	38	24	29,2	32
	ВСЕГО:		71,9515	82,1184	428,323	2643,48	1,516	47,9	165,15	311,66	887,76	344,63	56,05

№ рецеп.	Прием пищи. наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность.	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
	<i>2 день (вторник)</i>												
	<i>Завтрак</i>												
311	Каша пшеничная молочная	180	8.64	12.73	44.34	357.48	0.27	0.49	0.05	116.28	27.28	172.8	1.06
97	Сыр российский порционно	20	6.22	6.04	19.92	157.8	0.04	0.14	0.02	180.6	117.4	13.6	0.6
686	Чай с сахаром и лимоном	200	0.34	0.02	15.42	64.95	0.01	6	-	18	11.3	7.8	0.89
ГОСТ	Хлеб пшеничный	60	2.25	0.87	20.56	78.6	0.07	-	-	11.4	39	7.8	0.72
	Итого:		17,45	19,66	100,24	658,83	0,392	6,63	0,07	326,28	194,98	202	3,27
	<i>Обед</i>												
ГТК	Овощная нарезка(огурец свежий)	20	0.41	0	0.78	4.9	0.002	6	0	13.8	8.4	14.4	9
124	Щи из свежей капусты с картофелем с дылленком со сметаной	200/5	4.02	7.34	8.23	115.98	0.07	25.42	12.88	41.57	64.54	11.31	0.85
451	Котлета мясная с соусом красным основным	50/30	12.01	18.2	12.01	259.78	0.06	0	22.85	32.49	125.21	16.34	1.99
511	Рис отварной	120	3.65	5.22	38.14	214.09	0.04	3.79	0.94	22.94	135.47	19.74	2.07
639	Компот их сухофруктов	200	0.6	0.08	31.56	130.8	0.01	0.44	1.6	22.14	21.6	13.94	0.82
ГОСТ	Хлеб дарницкий	40	4.5	1.74	30.84	157.2	0.07	-	-	11.4	39	7.8	0.72
	Итого:		25,19	32,58	121,56	882,75	0,252	35,65	38,27	144,34	394,22	83,53	15,45
	<i>Полдник</i>												
747	Пирожок с джемом	75	9.9	14.05	41.6	276.5	0.13	0	0	36	128.5	16.5	1.45
648	Кисель из концентрата	200	0	0	31.82	127.26	0.11	5.04	72	0.3	0	0	0.03
	Итого:		9,9	14,05	73,42	403,76	0,235	5,04	72	36,3	128,5	16,5	1,48
	<i>Ужин</i>												
436	Жаркое по-домашнему	250	11.2	13.2	24.0	347.0	0.2	30.3	0.0	30.1	173.2	45.2	2.7
705	Напиток из шиповника	200	0.6	0.3	27.0	111.0	0.1	80.0	0.0	11.1	0.2	0.1	0.6
ГОСТ	Хлеб ржаной	40	2.6	0.4	16.4	104.8	0.1	0.0	0.0	7.6	26.0	5.2	0.5
	Итого:		14,4	13,9	67,4	562,8	0,3	110,3	0,0	48,8	199,4	50,5	3,7
ГОСТ	Йогурт плодово-ягодный	95	4.0	1.5	14.3	90.0	0.0	1.1	0.0	180.0	0.0	0.0	0.0
ГОСТ	Печенье	50	4.6	4.4	34.1	169.0	0.1	0.0	0.0	17.4	12.0	54.0	0.2
	Итого:		8,6	5,9	48,4	259,0	0,1	1,1	0,0	197,4	12,0	54,0	0,2
	ВСЕГО:		75,6	86,1	411,0	2767,1	1,2	158,7	110,3	753,1	929,1	406,6	24,1

№ рец.	Прием пищи. наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность.	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
	<i>3 день (среда)</i>												
	<i>Завтрак</i>												
315	Запеканка рисовая с творогом с молоком сгущенным	125/10	12.00	13.35	35.40	231.60	0.07	0,56	0.06	225.50	278.90	54.10	2.81
685	Кофейный напиток	200	100.00	10.83	26.60	190.00	0.02	0,24	0.01	7.84	0.60	45.30	0.46
ГОСТ	Хлеб из муки пшеничной	60	3.00	1.16	20.64	106.00	0.05	-	-	7.60	26.00	5.20	0,48
	Итого:		115,00	25,34	82,64	527,60	0,14	0,80	0,07	240,94	305,50	104,60	3,75
	<i>Обед</i>												
50	Свекла отварная порционно	20	1.15	4.95	4.15	63.64	8.75	0.00	0.00	21.73	16.37	7.61	0.64
132	Рассольник ленинградский с цыпленком	200/5	4.51	7.52	16.42	152.17	0.11	16.49	12.88	28.65	84.42	24.63	1.09
493	Птица тушеная в сметанном соусе	50/30	10.40	14.10	0.40	193.00	0.18	18.50	2.16	21.70	206.20	12.80	5.20
516	Макаронные изделия отварные	120	5.42	4.29	34.53	198.55	0.08	0.00	20.16	19.50	45.88	0.54	0.86
631	Компот их свежих плодов	200	0.20	0.00	35.80	142.00	0.01	0,44	1.60	22.14	21.60	13.94	0.82
ГОСТ	Хлеб ржано-пшеничный	40	3.96	0.66	24.60	157.20	0.07	-	-	11.40	39.00	7.80	0.72
	Итого:		25,64	31,52	115,90	906,56	9,20	35,43	36,80	125,12	413,47	67,32	9,33
	<i>Полдник</i>												
ГТК	Пирог открытый с картофелем	75	4.40	6.80	31.40	184.00	0.03	0,95	1.17	6.75	14.00	5.00	0.18
685	Чай с сахаром	200	0.20	0.00	14.97	39.90	0.00	0.00	0.00	12.00	8.00	6.00	0.80
	ИТОГО:		4,60	6,80	46,37	223,90	0,03	0,95	1,17	18,75	22,00	11,00	0,98
	<i>Ужин</i>												
392	Зрза рубленая с соусом	80/50	10,30	8,20	11,20	151,00	0,07	6,66	0,01	19,79	125,62	113,37	0,87
518	Картофель отварной с маслом сливочным	150	3.03	47.40	24.70	203.50	0.10	0.00	25.20	24.37	57.35	0.67	1.08
707	Сок фруктовый	200	0.60	0.00	36.40	144.00	0.00	2.60	0.00	20.00	20.00	12.00	12.00
ГОСТ	Хлеб дарницкий	40	4.50	1.74	30.84	157.20	0.07	-	-	11.40	39.00	7.80	0.72
	Итого:		18,43	57,34	103,14	655,70	0,24	9,26	25,21	75,56	241,97	133,84	14,67
	<i>Дополнительно:</i>												
698	Кисломолочные продукты(кефир)	200	5.6	6.4	8.2	117	0.06	1.4	0.04	24	2.8	19	16
	Итого:		5,6	6,4	8,2	117	0,06	1,4	0,04	24	2,8	19	16
	ВСЕГО:		169,27	127,4	356,25	2430,76	9,67	47,84	63,287	484,37	985,74	335,76	44,732

№ респ.	Прием пищи. наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность.	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
	<i>4 день (четверг)</i>												
	<i>Завтрак</i>												
333	Макаронные изделия отварные с сыром	120/10	10.6	15.8	49.6	386	0.07	4,94	1.19	28.69	169.54	24.88	2.79
693	Какао с молоком	200	0.92	10.83	26.6	255	0.03	0.24	0.01	8.04	8.24	30.68	6.32
ГОСТ	Хлеб пшеничный	60	2.25	0.87	20.56	78.6	0.07	-	-	11.4	39	7.8	0.72
	ИТОГО:		13,77	27,5	96,76	719,6	0,17	5,18	1,2	48,13	216,78	63,36	9,83
	<i>Обед</i>												
515	Горошек консервированный	20	0.6	0.78	1.26	14.4	0.002	6	0	13.8	8.4	14.4	9
110	Борщ с капустой и картофелем с цыпленком и сметаной	200/5	4.8	7.93	11.18	135.95	0.06	17.42	8	42.18	79.29	19.57	1.46
394	Тефтели рыбные	50/50	7.29	7.44	11.52	173	0.07	2.42	0.02	33.83	101.29	21.2	0.76
520	Пюре картофельное	120	3.03	3.66	15.54	130.8	0.2	10.78	0.002	48.32	40.62	95.6	1.84
700	Напиток из ягод	200	0.01	0.04	20.4	80.6	0.0	1.4	0.0	18	18	12	0.8
ГОСТ	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	16.4	104.8	0.05	-	-	7.6	26	5.2	0.48
	ИТОГО:		18,37	20,29	76,3	639,55	0,386	38,02	8,026	163,73	273,6	167,97	14,34
	<i>Полдник</i>												
ГТК	Запеканка золотистая	70	3.27	2.8	19.18	116.2	0.03	0.03	0	4.2	21.3	10.45	0.7
686	Чай с сахаром и лимоном	200	0.34	0.02	15.42	64.95	0.01	6	0	18	11.3	7.8	0.89
	ИТОГО:		3,61	2,82	34,6	181,15	0,04	6,03	0	22,2	32,6	18,25	1,59
	<i>Ужин</i>												
500	Биточки рубленые из птицы	80/50	8.4	12.1	12	199.7	0.042	0	0	6.3	84.4	12.2	1.1
511	Рис отварной с овощами	180	10.13	16.38	55.42	395.7	0.06	0	0.03	6.4	28.22	72.15	0.12
639	Компот из сухофруктов	200	0.6	0.08	31.56	130.8	0.01	0.44	1.6	22.14	21.6	13.94	0.82
ГОСТ	Хлеб ржано-пшеничный	40	3.96	0.66	24.6	157.2	0.07	-	-	11.4	39	7.8	0.72
	Итого:		23,09	29,22	123,58	883,4	0,182	0,44	1,63	46,24	173,22	106,09	2,76
	<i>Дополнительно:</i>												
	Фрукт(банан200)	1шт	1,02	0	51	210,8	0,04	10	0	38	24	29,6	32
	Итого:		1,02	0	51	210,8	0,04	10	0	38	24	29,6	32
	ВСЕГО:		59,86	79,83	382,24	2634,5	0,818	59,67	10,856	318,3	720,2	385,27	60,52

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность.	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
	<i>5 день (пятница)</i>												
	<i>Завтрак</i>												
311	Каша "Дружба" молочная	180	4.99	1.76	21.41	223.16	0.14	0.19	0	71.81	135.09	43.49	1.07
97	Сыр российский порционно	20	6.22	6.04	19.92	157.8	0.04	0.14	0.02	180.6	117.4	13.6	0.6
ГОСТ	Хлеб из муки пшеничной	60	3	1.16	20.64	106	0.05	-	-	7.6	26	5.2	0.48
685	Чай с сахаром	200	0.2	0	14.97	39.9	0	0	0	12	8	6	0.8
	ИТОГО:		14.41	8,96	76,94	526,86	0,232	0,33	0,02	272,01	286,49	68,29	2,95
	<i>Обед</i>												
	Овощная нарезка(огурец свежий)	20	0.41	0	0.78	4.9	0.002	6	0	13.8	8.4	14.4	9
140	Суп картоф.с макар./цзыпленком	200	6	3.28	17.68	143.2	0.12	1	0	65.6	262.4	38.4	1.76
498	Котлета куриная с маслом сливоч.	50/5	10.4	14.1	0.4	349	0.18	18.5	2.16	21.7	206.2	12.8	5.2
508	Каша гречневая рассыпчатая	120	9.48	10,08	57.29	285,8	0,22	0	0,009	18,64	0,72	95,6	1,84
648	Кисель из концентрата	200	0	0	31.82	127.26	0	11	5.04	72	0.3	0	0.03
ГОСТ	Хлеб ларницкий	40	4.5	1.74	30.84	157.2	0.07	-	-	11.4	39	7.8	0.72
	ИТОГО:		30,79	29,2	138,81	1067,36	0,592	36,5	7,209	203,14	517,02	169	18,55
	<i>Полдник</i>												
747	Колбасные изделия запечёные в тесте	75	9.9	14.05	41.6	276.5	0	0.2	0	4	3	2	0.4
705	Напиток из шиповника	200	0.6	0.3	27	111	0.06	80	0	11.1	0.2	0.1	0.56
	ИТОГО:		10,5	14,35	68,6	387,5	0,06	80,2	0	15,1	3,2	2,1	0,96
	<i>Ужин</i>												
461	Гёфтели мясные	80/60	8.40	12.1	12	199.7	0.06	0.00	22.85	32.5	125.2	16.34	1.99
516	Макаронные изделия отварные	180	7.77	6.36	53.16	268.19	0.2	0	27.2	29.37	67.35	0.87	1.25
700	Напиток из ягод	200	0.01	0.04	20.4	80.6	0	1.4	0	18	18	12	0.8
ГОСТ	Хлеб ржано-пшеничный	40	3.96	0.66	24.6	157.2	0.07	-	-	11.4	39	7.8	0.72
	Итого:		20,14	19,16	110,16	705,69	0,33	1,40	50,05	91,26	249,55	37,01	4,76
	<i>Дополнительно:</i>												
ГОСТ	Йогурт фруктово-ягодный	95	4	1.5	14.3	90	0	1.1	0	180	0	0	0
ГОСТ	Вафли	100	9.8	9.9	68.1	338	0.1	0	0	34.8	24	108	0.3
	Итого:		13,8	11,4	82,4	428	0,1	1,1	0	214,8	24	108	0,3
	ВСЕГО:		89,6	83,1	476,9	3115,4	1,3	119,5	57,3	796,3	1080,3	384,4	27,5

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность,	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
	6 день (суббота)													
	<i>Завтрак</i>													
311	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес"молочная	180	4.03	7.49	19.01	165.6	0.11	0.15	-	71.99	135.09	43.49	1.07	
96	Масло сливочное порционнo	10	1.88	7.98	12.98	131.6	0	0	59	1	2	0	0	
686	Чай с сахаром с лимоном	200	0.34	0.02	15.42	64.95	0.01	6	0	18	11.3	7.8	0.89	
ГОСТ	Хлеб пшеничный	60	2.25	0.87	20.56	78.6	0.07	-	-	11.4	39	7.8	0.72	
	ИТОГО:		8,5	16,36	67,97	440,75	0,19	6,15	59	102,39	187,39	59,09	2,68	
	<i>Обед</i>													
534	Капуста тушёная	50	4	6.9	16.05	141	0.03	17	0	58	40	20	0.8	
134	Суп крестьянский с цыпленком	200/5	1.44	1.76	4.4	198	0.13	7.12	0.58	30	135.12	28.4	2.38	
492	Плов из птицы/цыпленок/	150/5	8.88	8.88	16.32	303.2	0.05	0	7.76	1.36	108.56	20.16	0.96	
639	Компот из сухофруктов	200	0.6	0.08	31.56	130.8	0.01	0.44	1.6	22.14	21.6	13.94	0.82	
ГОСТ	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	16.4	104.8	0.05	-	-	7.6	26	5.2	0.48	
	ИТОГО:		17,56	18,06	84,73	877,8	0,27	24,56	9,94	119,1	331,28	87,7	5,44	
	<i>Полдник</i>													
772	Булочка витушка	75	9.08	10.13	62.87	378.6	0.15	-	9.78	21.08	83.43	14.14	1.15	
692	Кофейный напиток	200	0.1	0	33.7	154	0.05	1	0	41.9	38	27.3	3.1	
	Итого:		9,18	10,13	96,57	532,6	0,2	1	9,78	62,98	121,43	41,44	4,25	
	<i>Ужин</i>													
451	Котлета мясная	80/50	12.01	18.2	12.01	259.78	0.06	0	22.85	32.49	125.21	16.34	1.99	
508	Каша гречневая рассыпчатая	150	11,86	12,6	71,61	357,25	0,27	0	0,012	23,3	0,9	119,5	2,3	
631	Компот из свежих плодов	200	0.2	-	35.8	142	0.01	0.44	1.6	22.14	21.6	13.94	0.82	
ГОСТ	Хлеб ржано-пшеничный	40	3.96	0.66	24.6	157.2	0.07	-	-	11.4	39	7.8	0.72	
	Итого:		28,03	31,46	144,02	916,23	0,41	0,44	24,462	56,84	186,71	157,58	5,83	
	<i>Дополнительно:</i>													
	Фрукты свежие(мандарин100)	1шт	0.8	0.6	19	84	0.06	32	0	32	18	22	440	
	ВСЕГО:		64,1	76,6	412,3	2851,4	1,1	64,2	103,2	373,3	844,8	367,8	458,2	

№ рец.	Прием пищи. наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность.	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
	7 день (воскресенье)												
	<i>Завтрак</i>												
340	Омлет натуральный	55	5.5	9.185	1.045	210.15	0.04	0.18	0	100.82	0	0	1.32
97	Сыр российский порционно	20	6.22	6.04	19.92	157.8	0.04	0.14	0.02	180.6	117.4	13.6	0.6
ГОСТ	Хлеб из муки пшеничной	60	3	1.16	20.64	106	0.05	-	-	7.6	26	5.2	0.48
693	Какао с молоком	200	0.92	10.83	26.6	255	0.03	0.24	0.01	8.04	8.24	30.68	6.32
	ИТОГО:		15.64	27,215	68,205	728,95	0,16	0,56	0,03	297,06	151,64	49,48	8,72
	<i>Обед</i>												
50	Свекла отварная порционно	20	1.15	4.95	4.15	63.64	8.75	0	0	21.73	16.37	7.61	0.64
124	Щи из свежей капусты с картофелем с цыпленком со сметаной	200/5	5.03	9.18	10.29	144.97	0.09	31.77	16.1	51.96	80.68	14.14	1.06
423	Бефстроганов	80/50	10.4	19.4	13.8	236	0.08	0.8	40	58	108	30	1.8
516	Макаронные изделия отварные	120	6.77	5.36	43.16	248.19	0.1	0	25.2	24.37	57.35	0.67	1.08
705	Напиток из шиповника	200	0.6	0.3	27	111	0.06	80	0	11.1	0.2	0.1	0.56
ГОСТ	Хлеб дарницкий	40	4.5	1.74	30.84	157.2	0.07	-	-	11.4	39	7.8	0.72
	Итого:		28.45	40,93	129,24	961	9,15	112,57	81,3	178,56	301,6	60,32	5,86
	<i>Полдник</i>												
ГОСТ	Печенье	50	3.7	4.7	36.55	203.5	0.07	0	0	13	42	15	0.7
685	Чай с сахаром	200	0.2	0	14.97	39.9	0	0	0	12	8	6	0.8
	Итого:		3.9	4,7	51,52	243,4	0,07	0	0	25	50	21	1,5
	<i>Ужин</i>												
493	Птица тушёная в сметанном соусе	80/50	10.4	14.1	0.4	193	0.18	18.5	2.16	21.7	206.2	12.8	5.2
511	Рис отварной	150	3.75	6.9	11.7	141	0.05	24.055	1.17	83.7	60.1	30.6	1.2
648	Кисель плодово-ягодный	200	-	-	31.82	127.26	0.11	5.04	72	0.3	-	-	0.03
ГОСТ	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	16.4	104.8	0.05	-	-	7.6	26	5.2	0.48
	Итого:		16,79	21,44	60,32	566,06	0,39	47,595	75,33	113,3	292,3	48,6	6,91
	<i>Дополнительно:</i>												
698	Кисломолочные продукты(снежок)	200	6	12	8.2	169	0.06	1.40	0.04	24	2.8	19	16
	Итого:		6,0	12,0	8,2	169,0	0,1	1,4	0,0	24,0	2,8	19,0	16,0
	ВСЕГО:		70,8	106,3	317,5	2668,4	9,8	162,1	156,7	637,9	798,3	198,4	39,0

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность.	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
2 нед.	8 день (понедельник)													
	<i>Завтрак</i>													
311	Каша манная молочная	180	5.043	6.42	28.48	191.61	0.05	0	0	21.6	32.4	9	0.36	
96	Масло сливочное порционн	10	1.88	7.98	12.98	131.6	0	0	59	1	2	0	0	
685	Чай с сахаром	200	0.2	-	9.98	39.9	-	0	-	11.6	8	6	0.8	
ГОСТ	Хлеб пшеничный	60	2.25	0.87	20.56	78.6	0.07	-	-	11.4	39	7.8	0.72	
	ИТОГО:		9,373	15,27	72	441,71	0,12	0	59	45,6	81,4	22,8	1,88	
	<i>Обед</i>													
515	Кукуруза консервированная	20	0.42	0.82	2.16	17.80	0.00	6.00	0.00	13.80	8.40	14.40	9.00	
138	Суп картофельный с бобовыми и цыпленком	200	4.89	4.47	16.98	128.02	0.22	11.08	0.00	29.85	75.37	26.89	1.74	
461	Тефтели мясные	60/50	8.40	12.10	12.00	199.70	0.06	0.00	22.85	32.49	125.21	16.34	1.99	
511	Рис отварной с овощами	120	8.13	14,38	44.42	345,70	0,04	0,00	0,02	4,40	12,22	52,15	0,10	
700	Напиток из свежих ягод	200	0.01	0.04	20.40	80.60	0.00	1.40	0.00	18.00	18.00	12.00	0.80	
ГОСТ	Хлеб ржано-пшеничный	40	3.96	0.66	24.60	157.20	0.07	-	-	11.40	39.00	7.80	0.72	
	ИТОГО:		25,81	32,47	120,56	929,02	0,39	18,48	22,87	109,94	278,20	129,58	14,35	
	<i>Полдник</i>													
747	Пирожок с джемом	75	9.90	14.05	41.60	276.50	0.13	0.00	0.00	36.00	128.50	16.50	1.45	
633	Компот из яблоки ягод	200	0.30	0.10	13.90	58.00	0.01	13.00	0.00	18.00	18.00	12.00	0.80	
	ИТОГО:		10,20	14,15	55,50	334,50	0,14	13,00	0,00	54,00	146,50	28,50	2,25	
	<i>Ужин</i>													
436	Жаркое по-домашнему	250	11.20	13.18	23.98	347.00	0.20	30.27	0.00	30.08	173.23	45.22	2.67	
78	Икра свекольная	50	1.20	3.80	6.50	8.30	66.00							
639	Компот из сухофруктов	200	0.60	0.08	31.56	130.80	0.01	0.44	1.60	22.14	21.60	13.94	0.82	
ГОСТ	Хлеб дарницкий	40	4.50	1.74	30.84	157.20	0.07	-	-	11.40	39.00	7.80	0.72	
	Итого:		17,50	18,80	92,88	643,30	66,28	30,71	1,60	63,62	233,83	66,96	4,21	
	<i>Дополнительно:</i>													
847	Фрукты свежие(яблоко 150г)	шт	1.02	0.00	51.00	90.00	0.04	10.00	0.00	38.00	24.00	29.60	32.00	
	Итого:		1,02	0,00	51,00	90,00	0,04	10,00	0,00	38,00	24,00	29,60	32,00	
	ВСЕГО:		63,90	80,69	391,94	2438,53	66,97	72,19	83,47	311,16	763,93	277,44	54,69	

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность.	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
	<i>9 день (вторник)</i>												
	<i>Завтрак</i>												
97	Сыр российский порционно	20	6,22	6,04	19,92	157,8	0,04	0,14	0,02	180,6	117,4	13,6	0,6
311	Каша пшеничная молочная	180	7,38	11,16	46,08	223,2	0,27	0,38	0	71,99	135,09	43,49	1,16
ГОСТ	Хлеб из муки пшеничной	60	3	1,16	20,64	106	0,05	0	0	7,6	26	5,2	0,48
692	Кофейный напиток	200	0,1	0	33,7	154	0,05	1	0	41,9	38	27,3	3,1
	ИТОГО:		16,7	12,32	100,42	483,2	0,37	1,38	0	121,49	199,09	75,99	4,74
	<i>Обед</i>												
	Овощная нарезка (огурец свежий)	20	0,41	0	0,78	4,9	0,002	6	0	13,8	8,4	14,4	9
116	Борщ с фасолью и картофелем	200/5	4,8	7,93	11,18	140,4	0,14	19,44	0,02	22,87	113,24	32,24	1,1
388	Биточки рыбные	50/5	19,2	20,2	14	220	1,06	0	0	11	65	1,3	0,8
520	Пюре картофельное	120	3,03	3,66	15,54	130,8	0,2	10,78	0,002	48,32	40,62	117,3	1,44
700	Напиток из ягод	200	0,01	0,04	20,4	80,6	0	1,4	0	18	18	12	0,8
ГОСТ	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,4	104,8	0,05	-	-	7,6	26	5,2	0,48
	ИТОГО:		30,09	32,27	78,3	681,5	1,452	37,62	0,022	121,59	271,26	182,44	13,62
	<i>Полдник</i>												
792	Булочка школьная	75	7,35	1,95	30,5	196,2	0,04	0	0	21	96	32	0,4
685	Чай с сахаром	200	0,2	0	9,98	39,9	0	0	0	11,6	8	6	0,8
	ИТОГО:		7,55	1,95	40,48	236,1	0,04	0	0	32,6	104	38	1,2
	<i>Ужин</i>												
498	Котлета куриная	80/50	11,3	10,2	12,2	181	0,09	8,66	0,009	21,79	150,6	115,4	1
508	Каша гречневая рассыпчатая	150	11,86	12,6	71,61	357,25	0,27	0	0,012	23,3	0,9	119,5	2,3
705	Напиток из шиповника	200	0,6	0,3	27	111	0,06	80	0	11,1	0,2	0,1	0,56
ГОСТ	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,96	0,66	24,6	157,2	0,07	-	-	11,4	39	7,8	0,72
	Итого:		27,72	23,76	135,41	806,45	0,49	88,66	0,021	67,59	190,7	242,8	4,58
	<i>Дополнительно:</i>												
	Фрукты свежие(банан200)	1шт	0,008	0,008	19,6	90	0,004	10	0	38	24	29,2	32
	ВСЕГО:		82,068	70,308	374,21	2297,25	2,356	137,66	0,043	381,27	789,05	568,43	56,14

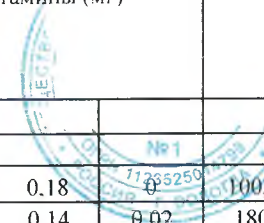
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность.	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
	<i>10 день (среда)</i>													
	<i>Завтрак</i>													
311	Каша гречневая молочная	180	8.54	1.58	32.04	210.72	0,22	0,34	0,05	136,42	220,79	105,44	3,33	
96	Масло сливочное порционно	10	1.88	7.98	12.98	131.6	0	0	59	1	2	0	0	
686	Чай с сахаром и лимоном	200	0.34	0.02	15.42	64.95	0,01	6	-	18	11,3	7,8	0,89	
ГОСТ	Хлеб пшеничный	60	2.25	0.87	20.56	78.6	0,07	-	-	11,4	39	7,8	0,72	
	ИТОГО:		13,01	10,45	81	485,87	0,3	6,34	59,05	166,82	273,09	121,04	4,94	
	<i>Обед</i>													
50	Свекла отварная порционно	20	1.15	4.95	4.15	63.64	8.75	0	0	21.73	16.37	7.61	0.64	
132	Рассольник ленинградский	200/5	4.51	7.52	16.42	152.17	0.11	16.49	12.88	28.65	84.42	24.63	1.09	
437	Гуляш из говядины	50/50	21,45	7,95	4,95	175,5	3,17	11,25	0,06	45,68	51	268,88	5,18	
516	Макаронные изделия отварные	120	5.42	4.29	34.53	198.55	0.08	0	20.16	19.5	45.88	0.54	0.86	
639	Компот из сухофруктов	200	0.6	0.08	31.56	130.8	0.01	0.44	1.6	22.14	21.6	13.94	0.82	
ГОСТ	Хлеб ржано-пшеничный	40	3.96	0.66	24.6	157.2	0.07	-	-	11.4	39	7.8	0.72	
	ИТОГО:		37,09	25,45	116,21	877,86	12,19	28,18	34,7	149,1	258,27	323,4	9,31	
	<i>Полдник</i>													
633	Компот из яблок и ягод	200	0.3	0.1	13.9	58	0.01	13	0	18	18	12	0.8	
ТТК	Пирог открытый с картофелем	75	4.4	6.8	31.4	154	0.03	0.95	1.4	6.75	14	5	0.18	
	ИТОГО:		4,7	6,9	45,3	212	0,04	13,95	1,4	24,75	32	17	0,98	
	<i>Ужин</i>													
478	Запеканка картофельная с мясом и соусом	200/30	21.33	22	37.2	422.4	0.2	0.85	0	34.02	133	17	1.39	
648	Кисель фруктово-ягодный	200	-	-	31.82	127.26	0.11	5.04	72	0.3	-	-	0.03	
ГОСТ	Хлеб дарницкий	40	4.5	1.74	30.84	157.2	0.07	-	-	11.4	39	7.8	0.72	
	Итого:		25,83	23,74	99,86	706,86	0,38	5,89	72	45,72	172	24,8	2,14	
	<i>Дополнительно:</i>													
698	Кисломолочные продукты(кефир)	100	5.6	6.4	8.2	117	0.06	1.4	0,04	24	2,8	19	16	
	Итого:		5,6	6,4	8,2	117	0,06	1,4	0,04	24	2,8	19	16	
-	ВСЕГО:		86,23	72,94	350,57	2399,59	12,97	55,76	167,19	410,39	738,16	505,24	33,37	

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность.	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
	<i>11 день (четверг)</i>												
	<i>Завтрак</i>												
311	Каша овсяная" геркулес" молочная	180	5.04	9.36	23.76	207	0.14	0.19	0	71.81	135.09	43.49	1.07
693	Какао с молоком	200	4.9	5	32.5	220	0	1.7	0	12	8	2	6
97	Сыр российский порционно	20	6.22	6.04	19.92	157.8	0.04	0.14	0.02	180.6	117.4	13.6	0.6
ГОСТ	Хлеб из муки пшеничной	60	3	1.16	20.64	78.6	0.05	-	-	7.6	26	5.2	0.48
	ИТОГО:		19,16	21,56	96,82	663,4	0,232	2,03	0,02	272,01	286,49	64,29	8,15
	<i>Обед</i>												
515	Горошек консервированный	20	0.6	0.78	1.26	14.4	0.002	6	0	13.8	8.4	14.4	9
124	Щи из св.капусты/щпыленком	200/5	4.56	3.8	10.24	90	0.04	13.68	0.58	23.04	32.56	19.2	0.48
498	Котлета куриная с маслом сливоч.	50/5	10.4	14.1	0.4	349	0.18	18.5	2.16	21.7	206.2	12.8	5.2
511	Рис отварной	120	3.65	5.22	38.14	214.09	0.04	3.79	0.94	22.94	135.47	19.74	2.07
633	Компот из яблок и ягод	200	0.3	0.1	13.9	58	0.01	13	0	18	18	12	0.8
ГОСТ	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	16.4	104.8	0.05	-	-	7.6	26	5.2	0.48
	ИТОГО:		22,15	24,44	80,34	830,29	0,322	54,97	3,68	107,08	426,63	83,34	18,03
	<i>Полдник</i>												
738	Пирожок выпечной с яблоком	60	3.9	4.22	31.49	178	0.06	3.07	0.01	13.5	44.26	7.87	0.98
686	Чай с сахаром	200	0.2	-	9.98	39.9	-	0	-	11.6	8	6	0.8
	ИТОГО:		4,1	4,22	41,47	217,9	0,06	3,07	0,01	25,1	52,26	13,87	1,78
	<i>Ужин</i>												
413	Сосиска отварная с соусом	50/30	9.17	18.14	3.25	216.46	0.2	0.85	0	34.02	133.04	17	1.39
508	Каша гречневая рассыпчатая	150	11,86	12.6	71,61	357,25	0,27	0	0,012	23,3	0,9	119,5	2,3
685	Чай с сахаром с лимоном	200	0.34	0.02	15.42	64.95	0.01	6	0	18	11.3	7.8	0.89
ГОСТ	Хлеб ржано-пшеничный	40	3.96	0.66	24.6	157.2	0.07	-	-	11.4	39	7.8	0.72
	Итого:		25,33	31,42	114,88	795,86	0,55	6,85	0,012	86,72	184,24	152,1	5,3
	<i>Дополнительно:</i>												
	Фрукты свежие(мандарин 100)	1шт	0,8	0,6	19	84	0,06	32	0	32	18	22	440
	Итого:		0,8	0,6	19,0	84,0	0,1	32,0	0,0	32,0	18,0	22,0	440,0
	ВСЕГО:		71,5	82,2	352,5	2591,5	1,2	98,9	3,7	522,9	967,6	335,6	473,3

№ рец.	Прием пищи. наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность.	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
	12 день (пятница)													
	Завтрак													
311	Каша пшеничная молочная	180	2.7	5.4	28.8	176.4	0.04	0	0	18	91.8	32.4	0.72	
685	Чай с сахаром	200	0.2	0	14.97	39.9	0	0	0	12	8	6	0.8	
96	Масло сливочное порционно	10	1.88	7.98	12.98	131.6	0	0	59	1	2	0	0	
ГОСТ	Хлеб пшеничный	60	2.25	0.87	20.56	78.6	0.07	-	-	11.4	39	7.8	0.72	
	ИТОГО:		7,03	14,25	77,31	426,5	0,11	0	59	42,4	140,8	46,2	2,24	
	Обед													
	Овощная нарезка(огурец свежий)	20	0.41	0	0.78	4.9	0.002	6	0	13.8	8.4	14.4	9	
140	Суп картоф.с макар./цыпленком	200	6	3.28	17.68	143.2	0.12	1	0	65.6	262.4	38.4	1.76	
518	Картофель отварной	120	1,17	8,79	24,27	180,85	0,3	0,4	0	2	5,9	1,52	0,2	
ГТК	Бифштекс "студенческий с маслом сливочн.	50,5	19.2	20.2	14	220	1.06	0	0	11	65	1.3	0.8	
705	Напиток из шиповника	200	0.6	0.3	27	111	0.06	80	0	11.1	0.2	0.1	0.56	
ГОСТ	Хлеб дарницкий	40	4.5	1.74	30.84	157.2	0.07	0	-	11.4	39	7.8	0.72	
	ИТОГО:		31,88	34,31	114,57	817,15	1,612	87,4	0	114,9	380,9	63,52	13,04	
	Полдник													
741	Ватрушка с повидлом	75	10.4	7.1	8.9	255	0.12	0	0	21	109	31		
692	Кофейный напиток	200	0.1	0	33.7	154	0.05	1	0	41.9	38	27.3	3.1	
	ИТОГО:		10,5	7,1	42,6	409	0,17	1	0	62,9	147	58,3	3,1	
	Ужин													
392	Зразы рубленные	80/50	10.3	8.2	11.2	151	0.07	6.66	0.007	19.79	125.6	113.4	0.87	
516	Макаронные изделия отварные	180	7.77	6.36	53.16	268.19	0.2	0	27.2	29.37	67.35	0.87	1.25	
ГОСТ	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	16.4	104.8	0.05	-	-	7.6	26	5.2	0.48	
700	Напиток из ягод	200	0.01	0.04	20.4	80.6	0	1.4	0	18	18	6	0.8	
	ИТОГО:		20,72	15,04	53,64	604,59	0,32	8,06	27,207	74,76	236,95	125,47	3,4	
	Дополнительно:													
698	Кисломолочный продукт(снежок)	200	6	12	8,2	169	0,06	1,4	0,04	24	2,8	19	16	
	Итого:		6,0	12,0	8,2	169,0	0,1	1,4	0,0	24,0	2,8	19,0	16,0	
	ВСЕГО:		76,1	82,7	5606,7	2426,2	2,3	97,9	86,2	319,0	908,5	312,5	37,8	

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность.	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
	13 день (суббота)												
	<i>Завтрак</i>												
311	Каша рисовая молочная	180	3,75	6,21	33,55	204,3	0,04	0	0,05	8,73	30,87	11,16	0,72
96	Масло сливочное порционно	10	1,88	7,98	12,98	131,6	0,00	-	59	1	1	0	0
686	Чай с сахаром и лимоном	200	0,34	0,02	15,42	64,95	0,01	6	-	18	11,3	7,8	0,89
ГОСТ	Хлеб из муки пшеничной	60	3,00	1,16	20,64	106,00	0,05			7,60	26,00	5,20	0,48
	ИТОГО:		8,97	15,37	82,59	506,85	0,10	6,00	59,05	35,33	69,17	24,16	2,09
	<i>Обед</i>												
534	Капуста тушёная	50	4	6,9	16,05	141	0,03	17	0	58	40	20	0,8
131	Рассольник домашний с пылленком	200/5	4,51	7,52	16,42	220,1	0,11	16,49	12,88	28,65	84,42	24,63	1,09
489	Рагу из птицы	150	15,36	16,16	11,2	176	0,85	0	0	8,8	52	1,04	0,64
639	Компот из сухофруктов	200	0,6	0,08	31,56	130,8	0,01	0,44	1,6	22,14	21,6	13,94	0,82
ГОСТ	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,4	104,8	0,05	-	-	7,6	26	5,2	0,48
	ИТОГО:		27,11	31,1	91,63	772,7	1,05	33,93	14,48	125,19	224,02	64,81	3,83
	<i>Полдник</i>												
772	Булочка витушка	75	9,08	10,13	62,87	378,6	0,15	-	9,78	21,08	83,43	14,14	1,15
693	Какао с молоком	200	4,9	5	32,5	220	0	1,7	0	12	8	2	6
	Итого:		13,98	15,13	95,37	598,6	0,15	1,7	9,78	33,08	91,43	16,14	7,15
	<i>Ужин</i>												
478	Запеканка картофельная с мясом и соусом	200/30	21,33	22	37,2	422,4	0,2	0,85	0	34,02	133,04	17	1,39
	Огурец свежий	30	0,8	0,1	2,5	11	0,27	0	0,012	23,3	0,9	119,5	2,3
633	Компот из яблок и ягод	200	0,3	0,1	13,9	58	0,01	13	0	18	18	12	0,8
ГОСТ	Хлеб дарницкий	40	4,5	1,74	30,84	157,2	0,07	-	-	11,4	39	7,8	0,72
	Итого:		26,93	23,94	84,44	648,6	0,55	13,85	0,012	86,72	190,94	156,3	5,21
	<i>Дополнительно:</i>												
ГОСТ	Печенье	50	4,6	4,4	34,05	169	0,05	0	0	17,4	12	54	0,15
ГОСТ	Йогурт плодово-ягодный	95	4	1,5	14,3	90	0,00	1,10		180			0
	Итого:		8,6	5,9	48,4	259,0	0,1	1,1	0,0	197,4	12,0	54,0	0,2
	ВСЕГО:		85,6	91,4	402,4	2785,8	1,9	56,6	83,3	477,7	587,6	315,4	18,4

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность.	Витамины (мг)			Минер. вещества (мг)				
	14 день (воскресенье)													
	Завтрак													
340	Омлет натуральный	55	5.5	9.185	1.045	210.15	0.04	0.18	0	100.82	0	0	1.32	
97	Сыр российский порционно	20	6.22	6.04	19.92	157.8	0.04	0.14	0.02	180.6	117.4	413.6	0.6	
ГОСТ	Хлеб пшеничный	60	2.25	0.87	20.56	78.6	0.07	-	-	11.4	39	7.8	0.72	
692	Кофейный напиток	200	0.1	0	33.7	154	0.05	1	0	41.9	38	27.3	3.1	
	ИТОГО:		14,07	16,095	75,225	600,55	0,2	1,32	0,02	334,72	194,4	448,7	5,74	
	Обед													
50	Свекла отварная порционно	20	1.15	4.95	4.15	63.64	8.75	0	0	21.73	16.37	7.61	0.64	
124	Щи из свежей капусты с картофелем с цыпленком со сметаной	200/5	5.03	9.18	10.29	144.97	0.09	31.77	16.1	51.96	80.68	14.14	1.06	
ГТК	Котлета по-хлыновски, соус красный	50/50	18.5	19.4	13.8	236	0.08	0.8	40	58	108	30	1.8	
516	Макаронные изделия отварные	120	6.77	5.36	43.16	248.19	0.1	0	25.2	24.37	57.35	0.67	1.08	
631	Компог из свежих плодов	200	0.2	0	35.8	142	0.01	0.44	1.6	22.14	21.6	13.94	0.82	
ГОСТ	Хлеб ржано-пшеничный	40	3.96	0.66	24.6	157.2	0.07	-	-	11.4	39	7.8	0.72	
	Итого:		35,61	39,55	131,8	992	9,1	33,01	82,9	189,6	323	74,16	6,12	
	Полдник													
ГОСТ	Вафли	50	3.7	4.7	36.55	203.5	0.07	0	0	13	42	15	0.7	
685	Чай с сахаром	200	0.2	0	14.97	39.9	0	0	0	12	8	6	0.8	
	Итого:		3,9	4,7	51,52	243,4	0,07	0	0	25	50	21	1,5	
	Ужин													
424	Поджарка	80/50	8.4	12.1	12	230	0.042	0	0	6.3	84.4	12.2	1.1	
539	Рагу овощное	150	3.45	7.65	16.05	162.1	0.05	24.055	1.17	83.7	60.1	30.6	1.2	
707	Сок фруктовый	200	0.2	-	9.98	39.9	-	0	-	11.6	8	6	0.8	
ГОСТ	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	16.4	104.8	0.05	-	-	7.60	26	5.2	0.48	
	Итого:		14,69	20,19	54,43	536,8	0,142	24,055	1,17	109,2	178,5	54	3,58	
	Дополнительно:													
847	Фрукты свежие (яблоки 150г)	1шт	1.0	0	51	90	0.04	10	0	38	24	29,6	32	
	Итого:		1,0	0,0	51,0	90,0	0,0	10,0	0,0	38,0	24,0	29,6	32,0	
	Всего:		69,3	80,5	364,0	2462,8	9,6	68,4	84,1	696,5	769,9	627,5	48,9	
Итого энергетическая ценность за 10 дней при 2-х разовом питании:			669,75	675,51	2703,23	19872,34	49,83	636,64	772,70	4358,47	7427,82	3125,78	225,48	
Итого энергетическая ценность в день фактическая при 2-х разовом питании:			47,84	48,25	193,09	1419,45	3,56	45,47	55,19	311,32	530,56	223,27	16,11	
Итого энергетическая ценность за 10 дней при 5-х разовом питании:			1135,9	1202,3	10626,7	36512,6	122,8	1247,3	1174,9	6793,9	11770,9	5364,9	1432,7	
Итого энергетическая ценность в день фактическая при 5-х разовом питании:			81,14	85,88	759,05	2608,05	8,77	89,09	83,92	485,28	840,78	383,21	102,33	



ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА
к двухнедельному перспективному меню
БОУ ВО "Вологодский многопрофильный лицей"

1. Меню составлено согласно требований СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в образовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования».

Лицей работает в режиме полного дня. В связи с длительным нахождением обучающихся в учреждении, а так же по желанию родителей, организовано двухразовое питание детей.

Дети с 7-11 лет

Для учащихся с 1 по 4 классы общеобразовательного учреждения организовано 2-х разовое горячее питание (завтрак, обед).

5-ти разовое горячее питание организовано для обучающихся с 7-11 лет, проживающих в интернате (при наличии). В настоящее время таковые отсутствуют.

Дети с 11-18 лет

Для обучающихся 5-11 классов общеобразовательного учреждения организовано 2-х разовое горячее питание (завтрак-обед).

5-ти разовое горячее питание организовано для обучающихся с 11-18 лет, проживающих в интернате. В настоящее время 22 человека.

2. Для составления примерного цикличного меню были использованы:

- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах (сборник технических нормативов, Москва, Хлебпродинформ, 2004г.);
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания II часть (Издательство "Хлебпродинформ" 1996 г. Москва, под редакцией Марчука Ф. Л. 616 стр.);
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания II часть (Издательство "Хлебпродинформ" 1997 г. Москва, под общей редакцией Лупея Н. А. 560 стр.)

- Руководство по методам анализа качества и безопасности пищевых продуктов» Под ред. И.М. Скурихина, В.А. Тутельяна. М: Брандес-Медицина, 1998г.

3. Химический состав и энергетическая ценность 100гр съедобной части основных пищевых продуктов рассчитан по книге "Химический состав пищевых продуктов" по редакцией А.А. Покровского, 1976 года, а также "Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания» (Издательство "ДеЛи принт" 2007 г. г. Москва, под редакцией Скурихина И. М., Тутельяна В. А. 276 стр.), применены потери пищевых при тепловой кулинарной обработке продуктов.

...ном документе прошито, пронумеровано
скреплено печатью 16 страниц(ы)

Директор  Буренин М.В.

« 16 » 09 2020 г.

