

СОГЛАСОВАНО:

Зам. Начальник Территориального Отдела Управления
Роспотребнадзора по РО в городах Каменске-
Шахтинском, Донецке, Зверево, Гуково, Красный Сулин
Красносулинском и Каменском районах

Т.Н. Садовская

2020 год

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор ООО "ПРОФИ"

О.Н. Щенникова
ПРОФИ.

2020 год

Примерное меню на 10 дней обеды

осенне-зимний период

категория детей с 11 лет и старше

207 2003 г.	Курочка отварная	100	234	30,55	11,8	1,11	0	0,4	0	0,012	26,13	44,1	14,7	1,3
	Овурдзы солёные	100	13,3	0,61	0,1	0,06	0,03	10,5	0	0	26,13	44,1	14,7	1,3
588 96 г.	Компот из сухофруктов + витамин С	200	116	0,4	0	29,6	0	0	0	0	0,4	0	0	0
	Хлеб из муки пшеничной	60	157,2	2,5	1,92	34,04	0,06	0	0	1,02	14,1	50,4	7,8	0
	Хлеб ржано-пшеничный	40	92,8	1,2	0,44	25,32	0,04	0	0	0,36	100	100	10	10
	ИТОГО обед		985,3	42,16	31,06	133,03	0,43	35,3	0,05	2,692	261,71	415,32	103,51	
День 10	ПИТИЦА:													
	обед													
138 96 г.	Суп картофельный с горохом и гречками	250/30	167	6,2	5,6	22,3	0,19	4,94	0	2,11	32,63	93,07	30,92	
340 2004	Овлет	200	398	20	33,4	3,8	0,175	0,52	0,09	1,41	236,44	507,82	56,93	
	Изменяя количество порций (кофаса Докторская) для школьного питания отвариные	100	354,4	12,57	31,41	2,9	0,35	0	0	0,67	59,13	221,35	33,78	
99 96 г.	Капуста тушёная	200	153,5	4,28	8,24	12,38	8	64,4	0	3,86	389,06	85,53	43,94	
629 96 г.	Чай с лимоном	200	65,2	4	0	16,1	0	1,6	0	0,01	5,55	6,65	0,48	
	Хлеб из муки пшеничной	60	157,2	2,5	1,74	35,04	0,06	0	0	1,02	14,1	50,4	7,8	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	92,8	1,2	0,44	25,32	0,04	0	0	0,36	100	100	10	
	ИТОГО обед		1388,1	50,75	80,83	117,84	8,815	71,46	0,09	9,44	836,91	1064,82	183,85	

за 10 дней	Энергетич. ценность, Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
ср. за 1 д.	1055,62	39,62	34,57	146,92	1,37	39,27	2,35	8,35	453,97	1832,68	189,01	75,
соотнош.		1	0,87	3,71								7

Источники рецептур:

1. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. Москва, 1996 г. Под редакцией Ф.Л. Марчук
2. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Москва, 2004 г. Под редакцией В.Т. Лапшиной
3. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий. Москва 2010 г. Под редакцией В.А. Тутельяна
4. Сборник рецептур блюд для питания учащихся образовательных учреждений. г. Москва, выпуск 4, 2003. Под редакцией В.Л. Варфоломеевой
5. Требования к оказанию единой комплексной услуг по организации питания обучающихся и воспитанников в образовательных учреждениях системы Департамента образования города Москвы. 2012г. ТТК
6. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г.