

СОГЛАСОВАНО: *Михайлов*
 Директор ББОУ "СШ № 1" *Савельев Е.В.*
 "18" октября 2017 г.

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор ООО "КШП" *Т.Н.Женченко*
 ДЛЯ ДОКУМЕНТОВ
 ООО «КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ»
 2017 г.

Примерное двухнедельное циклическое меню дополнительного питания для учащихся 1-11 классов общеобразовательных школ на осенний период 2017 года.

№	Наименование блюда	СРБ и КИ	Выход, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Белки	Жиры	Углев		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
1 неделя															
1 день															
Завтрак															
1	Чай с молоком натуральным 150/50/15 *														
2	Хачапури имеретинские	630 (12)	215	1,311	1,034	15,171	75	0,02	0,75	10,00	0,00	65,40	53,25	11,40	0,92
	Итого:	850 (13)	75	10,626	10,303	19,400	213	0,07	0,28	10,09	0,67	389,21	256,73	25,75	0,78
	Итого за день:			11,937	11,337	34,571	288	0,09	1,03	20,09	0,67	434,62	309,98	37,15	1,70
	2 день			11,937	11,337	34,571	288	0,09	1,03	20,09	0,67	434,62	309,98	37,15	1,70
Завтрак															
1	Омлет натуральный														
2	Чай с сахаром 200/15 *	340 (21)	140	11,724	14,972	2,320	191	0,09	1,16	35,04	0,00	113,17	243,80	18,69	2,76
3	Хлеб "Полезный"	628 (12)	215	0,159	0,000	13,083	53	0,00	0,10	0,00	0,00	5,40	8,25	4,40	0,87
	Итого:	(0)	45	1,570	0,292	16,541	75	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого за день:			13,453	15,264	31,944	319	0,09	1,26	35,04	0,00	118,57	252,05	23,09	3,62
	3 день			13,453	15,264	31,944	319	0,09	1,26	35,04	0,00	118,57	252,05	23,09	3,62
Завтрак															
1	Каша молочная рисовая жидкая														
2	Чай с молоком натуральным 150/50/15 *	257 (12)	210	4,209	8,436	29,447	211	0,07	1,37	61,12	0,12	134,71	144,84	30,36	0,47
3	Батон "Вкусный"	630 (12)	215	1,311	1,034	15,171	75	0,02	0,75	10,00	0,00	65,40	53,25	11,40	0,92
4	Печенье весовое	(25)	15	0,776	0,086	6,863	31	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого:	(12)	50	2,450	11,797	30,449	238	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого за день:			8,745	21,353	81,930	555	0,09	2,12	71,12	0,12	200,11	198,09	41,76	1,39
	4 день			8,745	21,353	81,930	555	0,09	2,12	71,12	0,12	200,11	198,09	41,76	1,39

Завтрак															
1	Какао-напиток "Несквик" с молоком*	642 (12)	200	2,542	2,482	15,885	96	0,20	1,30	20,00	1,00	149,70	90,00	16,96	0,12
2	Булочка с творожной начинкой	(25)	80	7,092	4,427	30,705	191	0,08	0,15	2,77	1,15	50,88	97,05	12,88	0,75
Итого:				9,633	6,909	46,591	287	0,28	1,45	22,77	2,15	200,58	187,05	29,84	0,87
Итого за день:				9,633	6,909	46,591	287	0,28	1,45	22,77	2,15	200,58	187,05	29,84	0,87
5 день															
Завтрак															
1	Плов фруктовый	272 (5)	170	2,827	7,378	44,144	254	0,06	2,05	46,36	0,18	38,01	106,05	38,03	1,59
2	Кофейный напиток с молоком *	395 (26)	200	1,152	1,034	15,111	74	0,02	0,65	10,00	0,00	60,45	45,00	7,00	0,10
3	Батон " Вкусный"	(25)	30	1,551	0,172	13,726	63	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:				5,530	8,584	72,982	391	0,08	2,70	56,36	0,18	98,46	151,05	45,03	1,68
Итого за день:				5,530	8,584	72,982	391	0,08	2,70	56,36	0,18	98,46	151,05	45,03	1,68
6 день															
Завтрак															
1	Йогурт питьевой клубничный*	(0)	200	8,450	8,016	6,692	115	0,08	1,20	40,00	20,00	244,00	192,00	30,00	0,20
2	Крендель " Школьный"	(25)	60	3,979	6,061	33,543	205	0,08	0,03	33,62	0,68	13,31	50,05	7,49	0,69
Итого:				12,429	12,077	40,235	319	0,16	1,23	73,62	20,68	257,31	242,05	37,49	0,89
Итого за день:				12,429	12,077	40,235	319	0,16	1,23	73,62	20,68	257,31	242,05	37,49	0,89
Итого за неделю:				61,727	75,524	308,253	2160	0,80	9,80	279,01	23,81	1309,65	1340,27	214,37	10,15
2 неделя															
1 день															
Завтрак															
1	Запеканка рисовая с творогом	265 (12)	140	6,434	4,892	36,502	216	0,06	0,16	2,83	1,25	51,56	135,61	30,19	0,94
2	Соус яблочный	622 (21)	30	0,022	0,002	3,831	15	0,00	0,68	0,00	0,01	1,52	0,90	0,76	0,16
3	Кофейный напиток с молоком *	395 (26)	200	1,152	1,034	15,111	74	0,02	0,65	10,00	0,00	60,45	45,00	7,00	0,10
4	Батон " Вкусный"	(25)	30	1,551	0,172	13,726	63	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:				9,159	6,100	69,171	368	0,08	1,48	12,83	1,26	113,53	181,51	37,95	1,19
Итого за день:				9,159	6,100	69,171	368	0,08	1,48	12,83	1,26	113,53	181,51	37,95	1,19
2 день															
Завтрак															
1	Сыр порциями	97 (21)	25	5,556	6,251	0,000	78	0,01	0,17	0,05	0,13	250,00	136,25	13,50	0,25
2	Каша геркулесовая молочная с маслом 150/5	257 (12)	155	4,113	5,821	19,634	147	0,14	1,03	35,84	0,00	112,07	149,30	41,11	0,96
3	Чай с сахаром 200/15 *	628 (12)	215	0,169	0,000	13,083	53	0,00	0,10	0,00	0,00	5,40	8,25	4,40	0,87
4	Батон " Вкусный"	(25)	40	2,069	0,229	18,302	84	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:				11,896	12,302	51,019	362	0,14	1,30	35,89	0,13	367,47	293,80	59,01	2,08
Итого за день:				11,896	12,302	51,019	362	0,14	1,30	35,89	0,13	367,47	293,80	59,01	2,08

3 день															
Завтрак															
1	Молоко "Тема" стерилизованное т/п	(0)	200	4,607	4,136	8,352	89	0,08	2,60	40,00	0,00	240,00	0,00	0,00	0,00
2	Булочка рижская	1247 (25)	75	4,269	5,078	40,206	224	0,09	0,02	27,61	0,80	14,42	54,69	8,72	0,75
	Итого:			8,876	9,214	48,558	313	0,17	2,62	67,61	0,80	254,43	54,69	8,72	0,75
	Итого за день:			8,876	9,214	48,558	313	0,17	2,62	67,61	0,80	254,43	54,69	8,72	0,75
4 день															
Завтрак															
1	Колбаса отварная	393 (13)	45	4,266	8,657	0,000	95	0,11	2,48	0,00	0,18	24,98	88,10	10,04	0,83
2	Каша пшенная вязкая	464 (12)	130	2,909	3,589	18,238	117	0,13	0,00	18,20	0,00	14,39	75,79	26,45	0,90
3	Соус "Витаминный"	(25)	30	0,257	0,472	3,079	18	0,01	0,82	0,00	0,28	5,81	9,67	4,68	0,16
4	Чай с сахаром 200/15 *	628 (12)	215	0,159	0,000	13,083	53	0,00	0,10	0,00	0,00	5,40	8,25	4,40	0,87
5	Хлеб "Полезный"	(0)	30	1,047	0,195	11,027	50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого:			8,637	12,912	45,428	332	0,26	3,40	18,20	0,46	50,58	181,81	45,56	2,76
	Итого за день:			8,637	12,912	45,428	332	0,26	3,40	18,20	0,46	50,58	181,81	45,56	2,76
5 день															
Завтрак															
1	Напиток Валетек "Классные витаминки"	(25)	200	0,000	0,000	18,355	73	0,60	30,00	0,50	3,50	0,00	0,00	0,00	0,00
2	Кондитерское изделие без крема	(0)	50	3,228	4,098	23,121	142	0,05	0,00	60,00	0,50	0,50	0,30	5,00	0,40
	Итого:			3,228	4,098	41,476	216	0,65	30,00	60,50	4,00	0,50	0,30	5,00	0,40
	Итого за день:			3,228	4,098	41,476	216	0,65	30,00	60,50	4,00	0,50	0,30	5,00	0,40
6 день															
Завтрак															
1	Рагу из овощей	215 (12)	140	2,085	5,698	12,823	111	0,10	26,89	0,00	3,11	32,89	66,04	29,87	1,04
2	Чай с сахаром 200/15 *	628 (12)	215	0,159	0,000	13,083	53	0,00	0,10	0,00	0,00	5,40	8,25	4,40	0,87
3	Булочка "Романтика" с творогом	(25)	75	7,453	9,731	28,372	231	0,10	0,18	45,05	0,66	53,56	117,72	14,14	0,96
4	Хлеб "Полезный"	(0)	15	0,523	0,097	5,514	25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого:			10,220	15,526	59,793	420	0,21	27,18	45,05	3,77	91,84	192,01	48,41	2,87
	Итого за день:			10,220	15,526	59,793	420	0,21	27,18	45,05	3,77	91,84	192,01	48,41	2,87

Всего: 4171 : 12 = 348 ккал
Всего: 113,744 : 12 = 9,479 грамм белка
Всего: 135,676 : 12 = 11,306 грамм жира
Всего: 623,696 : 12 = 51,975 грамм углеводов
Всего: 2,30 : 12 = 0,19 мг витамина В1
Всего: 75,78 : 12 = 6,32 мг витамина С
Всего: 519,09 : 12 = 43,26 мкг витамина А
Всего: 34,23 : 12 = 2,85 мг витамина Е
Всего: 2188,00 : 12 = 182,33 мг кальция
Всего: 2244,39 : 12 = 187,03 мг фосфора
Всего: 419,02 : 12 = 34,92 мг магния
Всего: 20,20 : 12 = 1,68 мг железа

Начальник производственного отдела:

Экономист по ценам:

Технолог

Примечание:

- 5 - Диетический сборник.Изд.1989г.
- 12 - Сб.рецептур блюд и кул.изделий для ПОП 1994г
- 13 - Сб.рецептур блюд и кул.изделий для ПОП 1997г
- 21 - сб.рецептур блюд и кул.изд. для ПОП при общеобр. школ 2004г.
- 25 - Техничко-технологическая карта №
- 26 - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях 2011 г.