

№205г.под ред. Могильного	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/10	87,58	25,56	19,56	49,50	396,50	0,08	0,36	111,00	0,57	220,95	315,45	33,30	1,04
№397 сбор 2012 г под ред.Могильного	Какао с молоком	200	15,32	3,30	2,90	13,80	94,00	0,03	0,70	19,00	0,01	111,30	91,10	22,30	0,65
к/к	Биоогурт в инд. упак.	125	35,59	3,90	4,40	23,00	145,00	0,10	12,50	0,20	0,50	50,00	15,00	35,00	0,80
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	2,65	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
Итого завтрак:		525	141,05	35,41	27,34	99,66	705,10	0,28	13,56	130,20	1,64	396,25	484,75	109,40	4,05
ЗАВТРАК 5 ДЕНЬ															
№294.сбор.2005г. под ред. Могильного	Биточки рубленые из птицы	100	34,13	16,64	15,34	30,29	308,50	0,08	1,30	48,50	1,30	42,33	146,86	17,86	17,86
331 сб 2005	Совс сметанный с томатом	50	6,42	0,90	2,60	3,83	42,50	0,08	0,00	0,00	0,12	15,00	12,00	9,00	2,60
№171.сбор.2005г. под ред. Могильного	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	12,79	10,63	7,18	59,70	316,00	0,30	0,00	24,00	0,75	19,08	252,12	168,00	5,76
№376 сбор 2005 г под ред Могильного	Чай с сахаром	200/15	1,76	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,66	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого завтрак:		590	57,76	31,43	25,52	128,14	821,00	0,52	1,30	72,50	2,69	90,71	453,48	212,26	27,84
Всего завтраки: 1 неделя:(средняя)			425,56	119,33	97,18	454,48	3121,21	1,32	41,71	739,80	10,41	910,68	1790,13	481,11	47,73
II неделя															
ЗАВТРАК 6 ДЕНЬ															
№174.сбор.2005г. под ред. Могильного	Каша вязкая молочная из риса с маслом	200/5	21,78	4,09	4,07	32,09	237,00	0,03	0,00	20,00	0,25	5,70	67,00	21,80	0,45
№14.сбор 2005г. под ред. Могильного	Масло сливочное крестьянское м.д.ж. не менее 72,5%	5	6,62	0,05	4,10	0,05	37,50	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02
№15.сбор.2005г. под ред. Могильного	Сыр Российский	15	14,42	3,47	4,43	0,00	93,75	0,00	0,11	39,00	0,60	132,00	75,00	5,25	0,15
№376 сбор 2005 г под ред Могильного	Чай с сахаром	200/15	1,76	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82
к/к	Мандарины свежие калиброванные	120	21,72	0,96	0,24	9,00	42,00	0,07	45,60	12,00	0,28	42,00	20,40	13,20	0,12
к/к	Хлеб пшеничный	40	2,66	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого завтрак:		600	68,96	11,83	13,24	75,46	564,25	0,17	45,71	111,00	1,75	196,40	207,90	57,65	2,36
ЗАВТРАК 7 ДЕНЬ															
№231.сбор.2012г.под ред. Могильного	Сырники из творога со сгущенным молоком	150/10	84,89	22,95	18,99	34,80	348,00	0,09	0,39	87,00	3,30	233,40	340,50	38,40	1,11
№377 сбор 2005 г под ред Могильного	Чай с сахаром с лимоном	200/7	3,55	0,30	0,00	16,00	65,00	0,00	1,00	0,00	0,02	7,90	9,10	5,00	0,87
к/к	Яблоки свежие сезонные калиброванные	150	20,25	0,49	0,51	18,90	79,53	0,04	12,00	6,00	0,00	19,20	13,20	10,80	2,64
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	2,65	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
Итого завтрак:		572	111,25	26,39	19,98	83,06	562,13	0,20	13,39	93,00	3,88	274,50	426,00	73,00	6,18
ЗАВТРАК 8 ДЕНЬ															
№291.сбор.2005г. под ред. Могильного	Плов из птицы	100/200	56,18	27,38	30,44	57,31	573,75	0,08	0,08	64,80	0,31	60,38	267,30	62,64	2,78
№376 сбор 2005 г под ред Могильного	Чай с сахаром	200/15	1,76	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82
к/к	Хлеб пшеничный	45	2,99	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого завтрак:		560	60,93	30,64	30,84	91,63	727,75	0,14	0,08	64,80	0,83	74,68	309,80	80,04	4,40
ЗАВТРАК 9 ДЕНЬ															
№282.сбор.2012г.под ред. Могильного	Котлеты из говядины	100	61,75	15,55	11,55	15,70	238,75	0,10	0,15	28,75	0,85	43,75	101,25	12,50	1,13
№203.сбор.2005г.под ред. Могильного	Макароны отварные с маслом	180/5	13,93	5,70	6,07	43,90	225,50	0,04	0,00	25,00	0,71	10,63	32,88	7,13	0,07
№377 сбор 2005 г под ред Могильного	Чай с сахаром с лимоном	200/7	3,55	0,30	0,00	16,00	65,00	0,00	1,00	0,00	0,02	7,90	9,10	5,00	0,87
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	2,65	0,48	13,36	69,60	0,07	0,00	0,00	0,56	14,00	63,20	18,80	1,56
Итого завтрак:		547	81,79	24,20	18,10	88,96	598,85	0,21	1,15	53,75	2,14	76,28	206,43	43,43	3,63
ЗАВТРАК 10 ДЕНЬ															

№14.сбор.2005г. под ред. Могильного	Масло сливочное крестьянское м.д.ж. не менее 72,5%	5	6,62	0,05	4,10	0,05	37,50	0,00	0,00	40,00	0,10	2,40	3,00	0,00	0,02
№173.сбор.2005г. под ред. Могильного	Каша вязкая пшениная с маслом	200/5	19,86	8,60	12,40	46,00	330,00	0,05	0,90	32,00	1,10	41,00	124,00	14,10	7,86
№376 сбор 2005 г под ред Могильного	Чай с сахаром	200/15	1,76	0,10	0,00	15,00	60,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82
к/к	Мандарины свежие калиброванные	120	21,72	0,96	0,24	9,00	42,00	0,07	45,60	12,00	0,28	42,00	20,40	13,20	0,12
к/к	Хлеб пшеничный	50	3,32	3,95	0,50	24,10	117,50	0,08	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
Итого завтрак:		595	53,28	13,66	17,24	94,15	587,00	0,20	46,50	84,00	2,00	99,70	189,90	44,70	19,62
Всего завтраки: 2 недели:(средняя)			376,21	106,72	99,40	433,26	3039,98	0,92	106,83	406,55	10,60	721,56	1340,03	298,82	16,15
Всего за 10дней:			801,77	226,05	196,58	887,74	6161,19	2,24	148,54	1146,36	21,01	1632,24	3130,16	779,93	83,91
Средняя за 10 дней:			80,18	22,61	19,66	88,77	616,12	0,22	14,85	114,64	2,10	163,22	313,02	77,99	8,39

***При наличии средств в рацион питания могут быть включены дополнительные продукты (овощи и фрукты свежие, сыр, дополнительно хлеб и т.п. продукты, обогащённые витаминами и микронутриентами).**

Стоимость рационов горячих завтраков - 80,18 рублей

перспективное 10-дневное меню для муниципальных общеобразовательных учреждений составлено на основании действующих сборников

рецептур блюд для предприятий общественного питания (2005г., 2021г., 2004г., 2011г., 2012 г.), с учетом физиологических

норм питания для детей разного возраста. Стоимость рационов питания горячие завтраки — 80,18 руб.

Нормы выхода

полуфабрикатов и готовых блюд даны с учетом потерь при их изготовлении, охлаждении и порционировании. В рецептурах супов,

соусов, сладких блюд, напитков указана норма жидкости с учетом потерь на выкипание

Начальник отдела охраны и укрепления
здоровья



Череващенко Т.С.