



Директор

Согласовано:

С.В.С.
М.А.С.С.



Утверждаю:

Директор ООО "Комбинат питания"

Н.А.Мундашева

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет,
детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра,
обучающихся в муниципальном образовательном учреждении.

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении



1 день



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Бутерброд с сыром	50		6,1	8,7	14,8	162	3	2017
Каша "Дружба"	150		6,5	8,3	25,1	211	356	2022
Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	44	338	2017
Кофейный напиток злаковый на молоке	200		3,0	1,8	26,0	124	774	2022
Итого за прием пищи:	500	134	16,0	19,2	75,7	541		

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из маломощных семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано
Директор

«КОМБИНАТ
Увержадан»
Директор ООО «Комбинат питания»
Н.А.Мутлашева

2 день

2 день									
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак									
Овощи сезонные порционно (свежие или соевые огурцы или помидоры; квашенная капуста; варенные морковь или свекла)	60		0,9	0,1	5,3	26	т.24	1996	
Плов из птицы	200		16,4	19,9	34,8	354	291	2017	
Чай с сахаром	200		0,2	0,0	10,0	40	782	2022	
Хлеб из муки пшеничной	40		2,7	0,8	17,6	88	23	2022	
Итого за прием пищи:	500	134	20,2	20,8	67,7	508			

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:
 Директор
 «Муниципальное учреждение «Комбинат питания»
 г. Волжский

«КОМБИНАТ ПИТАНИЯ»
 Утверждаю:
 Директор ООО «Комбинат питания»
 Н.А.Муцадшва

3 день

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость равновеса, руб.	Завтрак			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Овощи сезонные порционно (свежие или соленные огурцы или помидоры; квашенная капуста; варенные морковь или свекла)	60		0,9	0,1	5,3	26	т.24	1996
Котлеты, биточки, шинцели (из говядины)	90		12,4	14,8	11,8	231	268	2017
Бобовые отварные	150		14,1	6,9	33,5	255	306	2017
Чай каркаде с сахаром	200		0,2	0,0	15,0	58	ТТК 23А	
Хлеб из муки пшеничной	30		2,1	0,6	13,2	66	23	2022
Итого за прием пищи:	530	134	29,7	22,4	78,8	636		

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из малолетних семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:
«Опысская»
Директор

4 день

«КОМБИНАТ»
«ПИТАНИЯ»
Утверждено:
Директор ООО «Комбинат питания»
Н.А.Мундашева

10230307 									
---	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из малолетних семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образе учебного учреждения

Согласовано:

Директор:

5 день

Утверждено:

Директор ООО "Комбинат питания"

Н.А.Мундашова

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Питательные вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак									
Овощи сезонные порционно (свежие или соленные огурцы или помидоры; квашенная капуста; варенные морковь или свекла)		60		0,9	0,1	5,3	26	т.24	1996
Котлеты или биточки рыбные любительские		90		11,7	10,6	8,6	179	467	2022
Картофель отварной		150		3,6	5,8	28,6	176	310	2017
Чай фруктовый		200		0,2	0,0	12,2	43	783	2022
Хлеб из пшеничной муки		30		2,1	0,6	13,2	66	23	2022
Итого за прием пищи:		530	134	18,5	17,1	67,9	490		

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из маломужских семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор



6 день

Утверждено:

Директор ООО "Комбинат питания"

Н.А.Мудашева



Прием пищи, наименование блюда

Масса порции, г

Стоимость рациона, руб.

Завтрак

Пищевые вещества

Белки, г

Жиры, г

Углеводы, г

Энергетическая ценность, ккал

№ рецептур

Сборник рецептур

Бутерброд с маслом	40		4,5	7,5	14,9	136	1	2017
Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	160		7,5	8,9	28,3	217	181	2017
Фрукты свежие	100		0,4	0,4	9,8	44	338	2017
Кофейный напиток злаковый на молоке	200		3,0	1,8	26,0	124	774	2022
Итого за прием пищи:	500	134	15,4	18,6	79,0	521		

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор



Утверждено:

Директор ООО "Комбинат питания"

Н.А.Мундашева

7 день

Министерство здравоохранения Российской Федерации Федеральное государственное бюджетное учреждение «Национальный исследовательский центр питания»									
Принем пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Питательные вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак									
Овощи сезонные порционно (свежие или соленные отрубы или помидоры; квашенная капуста; вареные морковь или свекла)	60		0,9	0,1	5,3	26	т.24	1996	
Гуляш из мяса птицы	100		8,4	10,3	9,4	126	580	2022	
Макаронные изделия отварные	150		5,3	6,2	35,3	221	309	2017	
Чай каркаде с сахаром	200		0,2	0,0	15,0	58	ТТК 23А		
Хлеб из муки пшеничной	30		2,1	0,6	13,2	66	23	2022	
Итого за прием пищи:	540	134	16,9	17,2	78,2	497			



Согласовано:
Директор

УТВЕРЖДЕНАТ
Директор ООО "Комбинат питания"
Н.А. Мундашева

8 день

		8 день		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
Прием пищи, наименование блюда		Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак									
Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашенная капуста; вареные морковь или свекла)	60		0,9	0,1	5,3	26	т.24	1996	
Шницель рубленый куриный	90		11,7	11,2	14,6	189	622	2022	
Рис с овощами	150		3,5	4,6	33,5	180	665	2022	
Чай с сахаром	200		0,2	0,0	10,0	40	782	2022	
Хлеб из муки пшеничной	30		2,1	0,6	13,2	66	23	2022	
Итого за прием пищи:	530	134	18,4	16,5	76,6	501			

семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

«КОМБИНАТ
ПИТАНИЯ

Утверждено:

Н.А.Мундашева

9 день

Принем пищи, наименование блюда		Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак									
Бутерброд с повидлом		55		4,4	5,9	27,8	156	2	2017
Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным		150		6,7	7,6	24,4	156	182	2017
Фрукты свежие		100		1,5	0,5	21,0	96	338	2017
Кофейный напиток эдаковый на молоке		200		3,0	1,8	26,0	124	774	2022
Итого за прием пищи:		505	134	15,6	15,8	99,2	532		

Согласовано:

Директор

10 день



Н.А. Мундашева

10 день									
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак									
Овощи сезонные порционно (свежие или соленные отрубы или помидоры, квашенная капуста, вареные морковь или свекла)	60		0,9	0,1	5,3	26	т.24	1996	
Тедфегли (2 вариант) из говядины с соусом сметанным с томатом	90		10,0	14,1	21,6	223	279/331	2017	
Каша вязкая гречневая	150		4,7	5,0	22,3	169	303	2017	
Чай с сахаром	200		0,2	0,0	10,0	40	782	2022	
Хлеб из муки пшеничной	30		2,0	0,6	13,2	66	23	2022	
Итого за прием пищи:	530	134	17,8	19,8	72,4	524			

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из маломужских семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Итого за период		186,10	187,60	780,90	5 244,00
Среднее значение за период		18,6	18,8	78,1	524
Соотношение пищевых веществ		1	1	4	

Согласно СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (п.2.8) изготовление продукции производится по технологическим документам, в том числе технологической карте, технико-технологической карте, технологической инструкции, разработанным и утвержденным руководителем организации или уполномоченным им лицом.

Наименование блюд и кулинарных изделий, указанных в меню, соответствуют их наименованиям, указанным в технологических документах, составленными на основе действующих Сборников рецептов:

Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: Делта плюс, 2017. - 544с.

Сборник рецептов и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций / Под ред. Заместителя Президента Российской академии образования Академика РАН профессора Г.Г. Онисченко и научного руководителя ФГБУН "ФИЦ Питания, биотехнологии и безопасности пищи" Академика РАН В.А. Тутельяна, Москва 2022-698 с.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Под ред. Ф.Л. Марчука - М. Хлебпродинформ, 1996- 620 с

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий диетического питания/ Под ред. В.Т. Лапиной - М. Хлебпродинформ, 2002 - 632с.