

к/к	Хлеб пшеничный	40	1,88	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	54,84	13,67	19,36	66,64	611,38	0,18	12,89	118,00	1,73	282,23	244,92	57,13	4,60	
ЗАВТРАК 4 ДЕНЬ																
№291 сбор 2005г под ред. Могильного	Плов из птицы	100/200	51,08	27,38	30,44	57,31	573,75	0,08	0,08	64,80	0,31	60,38	267,30	62,64	2,78	
№457 сбор 2021г под ред. Перевалова	Чай с сахаром	200/10	1,31	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82	
№341 сбор 2005 под ред. Могильного	Апельсины свежие калиброванные 1 шт	200	26,75	1,58	0,35	39,13	165,00	0,08	105,00	0,00	0,35	60,25	40,25	22,75	0,60	
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,50	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17	
Итого завтрак:		800	80,64	31,14	31,25	115,76	828,95	0,21	105,08	64,80	1,08	136,23	362,65	103,69	5,37	
ЗАВТРАК 5 ДЕНЬ																
№223 сбор 2005г под ред. Могильного	Запеканка из творога со съезженным	150/10	64,38	25,56	19,56	49,50	396,50	0,08	0,36	111,00	0,57	220,95	315,45	33,30	1,04	
№459 сбор 2021г под ред. Перевалова	Чай с сахаром с лимоном	200/10/7	2,61	0,30	0,10	9,50	40,00	0,00	1,00	0,00	0,02	7,90	9,10	5,00	0,87	
№338 сбор 2005 под ред. Могильного	Яблоки свежие семенные калиброванные	120	10,71	0,48	0,48	11,94	79,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,33	13,42	10,88	2,66	
к/к	Хлеб пшеничный	40	1,88	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:		537	79,58	29,50	20,54	90,26	610,03	0,18	13,44	111,00	1,11	257,38	372,77	62,38	5,37	
Всего завтраки: 1 неделя (средняя)			364,45	122,20	123,91	442,63	3434,15	1,25	194,21	760,80	9,71	960,84	1786,32	435,73	28,74	
II неделя																
ЗАВТРАК 6 ДЕНЬ																
№174 сбор 2005г под ред. Могильного	Капша из мяса курицы с	200/5	16,11	4,09	1,07	52,09	237,00	0,05	0,00	20,00	0,28	5,70	67,00	21,80	0,45	
№14 сбор 2005г под ред. Могильного	Масло сливочное крестьянское мягкое менее 72,5%	10	7,46	0,08	7,26	0,14	66,10	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	11,44	3,47	4,45	0,00	93,25	0,00	0,11	39,00	0,60	132,00	75,00	5,25	0,15	
№338 сбор 2005 под ред. Могильного	Яблоки свежие семенные калиброванные	120	10,71	0,48	0,48	11,94	79,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,33	13,42	10,88	2,66	
№457 сбор 2021г под ред. Перевалова	Чай с сахаром	200/10	1,31	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82	
к/к	Хлеб пшеничный	40	1,88	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	48,91	11,48	16,74	72,79	608,38	0,14	12,19	99,00	1,47	173,73	200,92	55,33	4,90	
ЗАВТРАК 7 ДЕНЬ																
№231 сбор 2012г под ред. Могильного	Сырники из творога со съезженным	150/10	63,30	22,95	18,99	34,80	348,00	0,09	0,39	87,00	0,30	233,40	340,50	38,40	1,11	
№462 сбор 2021г под ред. Перевалова	Какао с молоком	200	9,77	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	Йогурт в п/л упаковке	125	28,11	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	30	1,50	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17	
Итого завтрак:		515	102,68	32,13	26,65	81,62	639,20	0,27	13,59	106,20	4,23	405,20	494,00	109,80	3,73	
ЗАВТРАК 8 ДЕНЬ																
№282 сбор 2012г под ред. Могильного	Колеты из говядины	100	53,18	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	Макаронны отварные с маслом	180/5	8,01	5,70	6,07	32,00	225,50	0,04	0,00	25,0	0,71	10,63	32,88	7,13	0,074	
№459 сбор 2021г под ред. Перевалова	Чай с сахаром с лимоном	200/10/7	2,61	0,30	0,10	9,50	40,00	0,00	1,00	0,00	0,02	7,90	9,10	5,00	0,87	
к/к	Хлеб пшеничный	40	1,88	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:		602	65,68	24,71	18,12	76,52	598,25	0,20	1,15	53,75	2,10	71,48	178,03	37,83	2,87	
ЗАВТРАК 9 ДЕНЬ																
№240 сбор 2012г под ред. Могильного	Пудинг из творога с яблоками с молоком стуженым	150/10	57,25	20,42	16,01	29,44	313,50	0,08	1,99	108,00	0,56	174,75	253,65	28,20	1,78	
№165 сбор 2021г под ред. Перевалова	Кофейный напиток с молоком	200	9,90	2,80	2,50	13,60	88,00	0,03	0,70	19,00	0,00	108,30	75,60	12,60	0,12	
№338 сбор 2005 под ред. Могильного	Бананы свежие калиброванные 1 шт	170	26,29	2,47	0,60	40,12	170,00	0,07	15,30	0,00	0,00	12,75	44,20	62,05	0,80	
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	37	1,84	2,44	0,44	12,36	64,36	0,06	0,00	0,00	0,52	12,95	58,44	17,39	1,44	
Итого завтрак:		590	95,28	28,13	18,95	95,52	635,86	0,23	17,99	127,00	1,08	308,75	431,89	120,24	4,14	

ЗАВТРАК 10 ДЕНЬ															
№294, сбор 2005г под ред. Могильного	Котлеты рубленные из птицы	100	32,12	16,64	15,34	30,29	308,50	0,08	1,30	48,50	1,30	42,33	146,86	17,86	17,86
№171, сбор 2005г под ред. Могильного	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	13,47	10,63	7,18	47,77	316,0	0,3	0	24	0,75	19,08	252,12	168	5,76
№457, сбор 2021г под ред. Перевалова	Чай с сахаром	200/10	1,31	0,20	0,10	9,39	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82
№338, сбор 2005 под ред. Могильного	Йогурт с фруктами	120	10,71	0,48	0,48	11,94	79,53	0,04	12,08	0,00	0,00	19,33	13,42	10,88	2,66
к/к	Хлеб пшеничный	40	1,88	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	14,80	13,20	0,80
Итого завтрак:		653	59,49	31,11	23,50	118,62	836,03	0,48	13,38	72,50	2,57	95,04	454,90	214,14	27,90
Всего завтраки: 2 недели (средняя)			372,04	127,56	103,96	445,07	3317,72	1,33	58,30	458,45	11,45	1054,20	1759,74	537,34	43,54
Всего за 10 дней:			736,49	249,76	227,87	887,70	6781,87	2,58	252,51	1219,25	21,16	2015,04	3546,06	973,07	72,27
Средняя за 10 дней:			73,65	24,98	22,79	88,77	675,19	0,26	25,25	121,93	2,12	201,50	354,61	97,31	7,23

При наличии средств в рацион питания могут быть включены дополнительные продукты (овощи и фрукты свежие, сыр, дополнительно хлеб и т.д. продукты, обогащенные витаминами и микроэлементами).

Стоимость рациона питания завтраком 73,65 рублей (с учетом 0% скидки на сырое мясо и 0% скидки на покупные товары).

Периодичность: 10 дней - меню для муниципальных общеобразовательных учреждений (составлено на основании действующих нормативов).

рецептур блюд для предприятий общественного питания: 1005 - 2021г, 2004г, 2011г, 2037г (с учетом физиологических).

норм питания для детского возраста. Стоимость рациона питания (завтрак) - 73,65 руб.

Нормы выхода:

полуфабрикатов и готовых блюд даны с учетом потерь при их изготовлении, выкладке и термобработке. В рецептурах указаны.

коэффициенты, складки блюд, при этом указана норма отходов с учетом потерь на выкладку.

начальник отдела охраны и укрепления
здоровья

Кузнецов Ю.С.