"Утверждаю"

Директор 000 "Венера"

погосова А.В.

"Согласовано"

Anpekrop M609, Comaparofacas Cue

notuencerter

U. A La reoneworden

Примерное 12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся МБОУ Городищенского района Волгоградской области возрастной группы 7-11 лет (Горячие обеды) с 10.01.2022г.

12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеды) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ

		1 день					
Прием пищи, наименование блюда	Macca	П	Пищевые вещества	ества	Энергети-ческая	н № рецеп-	Сборник
	- Charles	Белки, г	Жиры, г	Углеводы. г	ценность, ккал		рецептур
		Обед		()			
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий,							
кануста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	09	. 0,5	. 0,1	1,0	9,7 .	TTK No	
Суп картофельный с макаронными изделиями №103	200	23	00	•) •			
Плов из птицы №492	150	1,000	7,7	10,1	94,0	103	2011
KOMINT W3 CMECU CINCORPRIME NG 240	001	13,3	19,0	27,4	340,8	492	2004
V 705	200	0,4	0,0	30,8			2011
АЛСО ПШЕНИЧНЫЙ	50	3.7	0.3	2/2			1107
Хлеб пеклеванный	40	30	2,0	C,+2	114,8	TTK № 6	
Итого за прием пиши-	2 1	6,7	0,4	16,5	79,2	TTK No 7	
	100	24,7	22,0	116,1	762.9		
		2 день					
Прием пиши. наименование блого	Macca	Пи	Пищевые вешества				
тельный ментельный применти выправние отноша	Порими	L	0.20		Энергети-ческая	№ рецеп-	Сборник
	The day	релки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	туры	рецептур
OROHIN HO ACCOUNT (Commence)		Оред					
овощи по сезону (отурец свежии, помидор свежий,	09	0,5	0.1	0.1	7 [Triple Me	
Щи из свежей капусты с картофелем №88	200	1.5	4.0	7.7	0,7	111 Nº	
Котлета рубленая куриная №294	96	14.6	18.7	13.61	12,2	88	2011
Макаронные изделия отварные с маслом №203	150	5.5	5.7	0,61	781,6	294	2011
Напиток из плодов шиповника №398	000	260	7,0	33,3	206,4	203	2011
Хпеб ппециппту	700	0,7	0,6	39,9	247,6	203	2011
Name of the state	40	3,0	0,2	19,5	910	TTK NG 6	1102
ллео пеклеванный	40	2,5	0,4	16.5	707	TTIV NG 7	
Итого за прием пищи:	200	28,3	38,1	131.2	2,67	11K Ng /	
				way ar	5,00%		

12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеды) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ

Сборник рецептур 2011 2004 2011 Энергети-ческая | № рецеп-TTK № 1,2,3,4,5 TTK Nº 6 TTK No 7 Typы 102 488 360 7,6 114,8 6,86 117,8 246,9 110,3 ценность, ккал 6963 1,0 Углеводы, г 15,2 10,8 28,2 20,6 24,3 100,1 Пищевые вещества Жиры, г 0,1 4,4 16,9 0,0 0,3 0,4 22,1 0,5 4,6 12,7 3,7 3,2 24,8 Белки, г 3день 0,1 Обед порции Macca 200 150 200 710 09 50 50 капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, Прием пищи, наименование блюда Птица, тушенная в соусе с овощами №488 Суп картофельный с горохом №102 Кисель из повидла №360 Итого за прием пищи: Хлеб пеклеванный Хлеб пшеничный свекла отварная)

12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеды) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ

		4 день					
Прием пищи, наименование блюда	Macca	Ш	Пищевые вещества	ества	Энергети-ческая	№ репеп-	Сборнии
	порции	Белки, г	Жиры, г	Углеволы г	ценность, ккал	туры	Dellelityn
		Обед		T 6 WORK OF THE TOTAL OF THE TO			A.C.
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий							
капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	09	0,5	0,1	1,0	9.7	TTK M	
7 C 14 25 000 000 100 100 100 100 100 100 100 10						1,2;3,4,5	*
Cy11 M3 OBOILEM No.135	200	15	2.0	0			
Котлета рыбная (минтай) №388	00	C6.1	0,0	8,9	68,3	135	2004
	90	12,2	8,2	14.3	170 8	300	,,,,,
Гис припущенный с томатом №513	150	4.0	40	100	0,771	200	7007
Компот из смеси сухофруктов (изном) №348	000	26.1	4,0	39,4	210,8	513	2004
OF Care (more) according	700	0,5	0,1	27,4	112.6	348	2011
Алео шпеничный	40	3.0	00	10.5		040	7011
Хлеб пеклеванный		2,0	7,0	C,YI	6,16	TTK Nº 6	
17	40	2,5	0,4	16,5	797	TTV NG 7	
ИТОГО ЗА ПРИЄМ ПИЩИ:	780	24.2	16.0	07.01	250	/ 5M7 VI 1	
			262	06/21	/20,7		

12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеды) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ

	еп-	0.0000	\dashv		ō ۷	ر,	2011	7011	2011	2011	1	9	7		
	Ne pen	туры			TTK Nº	1,5,7,1	103		289	349		11K Nº 6	TTK No 7	10000	
	Энергети-ческая № рецеп-	ценность, ккал			7,6		94.0	26.	237,8	126,5	1140	114,8	6.86	9.629	26/10
	цества	Углеволы. г			1,0		16,1			30,8	243		20,6	106,7	,
	Пищевые вещества	Жиры, г			. 0,1		2,2	146	0,41	0,0	0.3		0,4	17,6	
5 день	Пи	Белки, г	Обед		0,5		5,7	12.7	,,,,	4,0	3,7	C	2,5	22,8	
\$	Macca	порции			09	000	200	150	200	7007	50	20	20	710	
	Прием пищи, наименование блюда			Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий,	капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	Суп картофельный с макаронными изпепиями №103	Dary in manner 16,000	1 at y as it must no 289	Компот из смеси сухофруктов №349	Хлеб пирепишт.		Хлеб пеклеванный	MTOPO 20 TIMES	итого за прием пищи:	

12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеды) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ

		9 день					
Прием пищи, наименование блюда	Macca	Ш	Пищевые вещества	ества	Энергети-ческая	№ репеп-	Сборише
	порции	Белки, г	Жиры, г	Углеволы. г	ценность, ккал	туры	рецептур
		Обед					
Овощи по сезону (огурец свежий, помилоп свежий							
капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	09	5,0	0,1	0,1	7,6		
, T						1,2,3,4,5	
рориц с капустои и картофелем №82	200	1.6	40	10.4			
Фрикадельки куриные №297	00		1,0	10,4	84,5	82	2011
	90	13,9	11,2	8.0	1873	707	
Соус томатный №363К	30	00	7.0		C,101	167	7011
Каша гречневая рассыпчатая №341К	150	1,0	1,0	C,1	13,2	363K	2016
TT C=	061	6,1	4,8	27,8	178.2	341	2000
лисель из повидла №360	200	0.1	0.0	787	160 -	11.0	2010
Хлеб пшеничный	40	000	0,0	7,07	110,3	360	2011
Хлеб пеклеванит	2	0,0	7,0	19,5	6,16	TTK Nº 6	
	40	2,5	0,4	165	707	The se of	
Итого за прием пищи:	810	270	71.6	200	7,61	11K Ng /	
	240	C617	4,17	112,9	752,2		

12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеды) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ

		7 день					
Прием пищи, наименование блюда	Macca	Ш	Пищевые вещества	цества	Энергети-ческая	No nerrent.	260
	порции	Белки, г	Munki r	VETOBOTIES	ценность, ккал		репопи
		Обел	Trembon, I	этлеводы, г		and C.	peneiriy
Овощи по сезону (огурен свежий поминов свежий							
капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	09	5,0	0,1	1,0	2,6		
Суп картофельный с горохом №102	200					.1,2,3,4,3	
Thop is truit No.402	7007	4,0	4,4	15,2	117,8	102	2011
THOSE AS HIMITED JUST 9.2	150	15,3	19,0	27.4		707	1102
Компот из смеси сухофруктов (изюм) №348	200	0,5	0.1			764	2004
Хлеб пшеничный	50	3.7	0.3			348	2011
Хлеб пеклеванный	40	.,,	C,U		114,8	TTK № 6	
WTOFO 39 HRUMAN HHIMM.	0+	7,5	0,4	16,5	79,2	TTK Nº 7	
Train of the limits.	100	27,1	24,3	111,8	7		
		8 день					
	Meason	П.					
Прием пищи, наименование блюда	Macca	ПП	иищевые вещества	ества	Энергети-ческая	No nerron	260
	порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		Туры	Соорник рецептуп
		Обед					AC. T
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий,	09	0.5	0.1	0	ī	Trypy 26	
Суп из овощей №135	200	12	,,	1,0	9,/	I I K No	
Котлета рубленая из курицы №294	8	Ce1 .	0,0	8,9	68,3	135	2004
Каща птиеничная вассттитовая № 202	R	14,0	18,7	13,6	281,6	294	2011
II.	150	6,5	4,2	38,6	217.2	302	2011
палиток из плодов шиповника №398	200	0,7	0.3	201	1,00	700	1107
Хлеб пшеничный	40	30		1,02	L	398	2011
Хлеб пеклеванный	2 4	0,0	7,0	19,5	91,1	TTK Nº 6	
Итого за прием пиши:	40	2,5	0,4	16,5	79,2	TTK Nº 7	
The state of the s	700	29,0	26,9	118,2	843,1		

12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеды) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ

		9лень					
Прием пищи, наименование блюда	Macca	Ш	Пищевые вещества	ества	Энергети-ческая № рецеп-	№ рецеп-	Сборник
	unbdon	Белки, г	Жиры, г	Углеволы г	ценность, ккал	туры	рецептур
		Обед		1 6 W			
Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий,							
капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый.	09	30				True Me	
свекла отварная)	3	C,V	0,1	1,0	9,7	11K Nº	
Суп картофельный с макаронный из 100						1,2,3,4,3	
у такаронными изделиями №103	200	2.3	22	171			
Птица, тушенная в соусе с овощами №488	150		1,1	10,1	94,0	103	2011
001=16.11	061	12,7	16,9	10.8	2460	400	
компот из смеси сухофруктов №349	200	0.4	00	000	2,017	400	2004
Хлеб пшеничный	C L	- 6	0,0	30,8	126,5	349	2011
2 28	20	3,7	0,3	243	1110	TUTIL NO	
Хлео пеклеванный	20	c		26.1	114,0	11K Nº 6	
Manner of Carlotte	20	7,6	0,4	20,6	6 86	TTK No 7	
ттого за прием пищи:	710	22.8	19.0	103 €	1000	1 =16 XII 1	
		2611	200	103,0	688,7		

12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеды) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ

	Coopuus			-				2011	7,000	2016	2011		2011				
	№ репеп-	туры				C,+,C,7,1		88	3071	NINC	203	350	200	TTK No 6	O ENCAPE A	TTK No 7	
	Энергети-ческая	ценность, ккал			7,6		0 00	7,71	1926	17.490	206,4	1103	C,011	114.8	26.	6,86	8 608
	ества	Углеволы	* 6****		, 1,0		11		12,7		55,5	28.2		24,3	000	9,02	127.5
	Пищевые вещества	Жиры, г			0,1		4.0		10,6	57	1,0	0,0		0,3	70	4,0	21,1
10день	Пи	Белки, г	Обед		. 0,5		1,5	111	11,1	2 8	5,0	0,1	2.7	7,6	3.2	1,0	25,6
	Macca	иирфоп			09		200	00	20	150	000	700	50	25	50		800
	Прием пищи, наименование блюда			Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий,	қапуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	Ши из свежей капусты с картофолом, Моо	Notice that of the second of t	Тефтели с рисом №307К		макаронные изделия отварные с маслом №203	Кисель из повидла №360		Алео пшеничный	S	AND HERNICRAHIPIN	Итого за прием пиши:	

12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеды) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ

	Chonum	рецептур	J.C.					2011	2011	1102	2011					
	№ репеп-	туры			TTK No			82	289	67.0	348	TTK No 6		TTK No 7		
	Энергети-ческая	ценность, ккал			76).'s		84,5	237.8	7117	117,0	114,8		6,86	674,7	
	ества	VETIEBOTEL F	1 6 TO		1,0		101	10,4	13,9	27.4	1,12	24,3	300	0,02	97,3	
	Пищевые вещества	Жиры, г			0,1		4.0	2,4	14,6	0.1		0,3	0.4	,	9,61	
11день	Ш	Белки, г	Обед		5,0		1.6	2,00	17,1	0,5		7,1	3.2		6,17	
	Macca	имрфон			09		200	150	001	200	20		50	710	/10	
	Прием пищи, наименование блюда			Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий.	капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	Event	рорщ с капустои и картофелем №82	Рагу из птицы №289	Komior in oxeger area 1	COMING AS CARCON CYNOUPPYKTOB (M3HOM) No.348	Хлеб пшеничный	Хлеб пек перапитий	Highlinging	Итого за прием пищи:		

12-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием (обеды) обучающихся возрастной группы 7-11 лет МОУ

		12 день					
Прием пищи, наименование блюда	Macca	П	Пищевые вещества	цества	Энергети-ческая	№ репеп-	Сборник
	иорции	Белки, г	Жиры, г	Углеволы	ценность, ккал	туры	рецептур
		Обед		600000000000000000000000000000000000000			10
Овощи по сезону (огурец свежий, помилор свежий							
капуста квашеная, огурец соленый, помидор соленый, свекла отварная)	09	0,5	0,1	1,0	9.7	Alexander and the second	
S T T T T T T T T T T T T T T T T T T T						1,2,3,4,5	
Суп картофельный с горохом №102	200	46					
Котлета рыбная (минтай) №388		061	4,4	13,2	117,8	102	2011
Section (mailing) JAS 300	06	12,2	8.2	143	0 021	000	
Соус томатный 30г №363К	30	C		C41.1	119,8	588	2004
Kama radimond account of the	20	0,7	0,7	1,5	13.2	363	2016
маша гречневая рассыпчатая №34 ГК	150	6.1	4.8	270			2010
Компот из смеси сухофруктов №349	200	0.4	,,	0,12	1/8,7	341	2016
Хлеб ппеципт	2	+,0	0,0	30,8	126,5	349	2011
Midil Midil Midil	40	3.0	00	105			1107
Хлеб пеклеванный	6		2,0	17,0	6,16	TTK Nº 6	
Т	707	1,3	0,2	8.2	308	TTV NG 7	
итого за прием пищи:	190	28.3	18.6	1100	0,00	1 1 N N 1 1	
ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ		262-	10,01	118,3	754,6		
TELOTO ILI KIMENI MOMI MENINI							

MTOFO IIO IIPMMEPHOMY MEHIO

ı			
	ККАЛ	9 015.0	751 3
	yr	1 350,9	112.6
	Ж	236,9	19,7
V	0	307,4	25,6
Итого	т	итого за период	Среднее значение за период

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. -

Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лапшиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с. Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575842

Владелец Камышова Инна Алексеевна

Действителен С 16.03.2022 по 16.03.2023