

СОГЛАСОВАНО
ТОУ Роспотребнадзора
по Приморскому краю в г. Уссурийске


Севаст'янов Н. А.

Согласовано МБОУ СОШ с. Кремово

Директор  Строгонова Е.А.



Сезон: осеннее - зимний



Григорян К.А.

Примерное двухнедельное циклическое меню для обучающихся 5-11 классов, из многодетных семей, семей, имеющих среднедушевой доход ниже величины прожиточного минимума и семей, находящихся в социально опасном положении семей находящихся в трудной жизненной ситуации, семей, относящихся к коренным малочисленным народам Севера, Сибири и Дальнего Востока, детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.

СОГЛАСОВАНО
 ТОУ Роспотребнадзора
 по Приморскому краю в г. Уссурийске

С.А. Григорян К.А.

Согласовано МБОУ СОШ с. Кремово

Директор _____ Строгонова Е.А.



Сезон: осеннее-зимний

Примерное двухнедельное цикличное меню для обучающихся 5-11 класс

ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ

тех-ая и нор-ная документ ация	№ рецеп- туры	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества			етичес цен. (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
				5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16

ПОНЕДЕЛЬНИК

с62011	207	Макаронные изделия отварные с м/с, с сыром	220	10,30	10,80	54,40	356	0	6	0	0,1	13,8	64,9	9,4	1
с62011	567	Колбаса п/к	20	2,20	5,00	0,04	53,96	0,00	0,00	4,00	0,00	12,00	0,00	2,00	0,002
пр пр-ва		Хлеб	40	3,04	0,3	24	110,9	0,048			0,3	6,9	25,2	9,9	0,56
с62008	380	Чай фруктовый	200	0,20	0,00	13,10	53,2	0,00	0,40	0,00	0,10	14,70	6,90	9,20	1,00
с62008	б/н	Кондитерское изделие в ассортименте	50	6,70	3	29,20	186,9	0,6		6,00	0,19	17,40	54,00	12,00	1,26
		ИТОГО		22,44	19,10	120,74	760,92	0,65	6,40	10,00	0,69	64,80	151,00	42,50	3,82

ВТОРНИК

с62011	642	Куры запеченные с овощами, соусом	100/20	18,69	20,08	19,58	333,8	0,142	9,38	0,114	5,45	35,71	376,42	50,24	5,14
--------	-----	--------------------------------------	--------	-------	-------	-------	-------	-------	------	-------	------	-------	--------	-------	------

с62011	299	Пюре картофельное с м/с	200	1,60	3,00	28,50	147,4	0,06	13,73	0,00	0,20	47,30	112,26	38,60	1,60
пр пр-ва		Хлеб	40	3,04	0,3	24	110,9	0,048			0,3	6,9	25,2	9,9	0,56
с62015	86/83	Овощная нарезка	60	0,50	0,10	1,40	8,5	0,00	6,00	0,00	1,00	13,80	8,40	25,20	0,60
с62008	376	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,10	61,2	0,00	0,00	0,00	0,00	13,40	6,20	8,20	0,80
с62005	338/33	Фрукты	100	0,52	0,52	12,74	57,72	0,00	13,00	0,00	0,78	20,80	14,30	10,40	2,86
		ИТОГО		24,03	23,48	88,58	661,76	0,25	29,11	0,11	6,95	117,11	528,48	132,14	8,70

СРЕДА

с62011	1033	Пельмени мясные промышленного производства с м/с	200	19,24	19,00	56,00	472	0,24	0,00	0,02	0,08	57,9	159,7	32,6	2,10
с62008	380	Чай фруктовый	200	0,20	0,00	13,10	53,2	0,00	0,40	0,00	0,10	14,70	6,90	9,20	1,00
пр пр-ва		Хлеб	40	3,04	0,3	24	110,9	0,048			0,3	6,9	25,2	9,9	0,56
с62015	86/83	Овощная нарезка	60	0,50	0,10	1,40	8,5	0,00	6,00	0,00	1,00	13,80	8,40	25,20	0,60
		ИТОГО		22,98	19,40	94,50	644,52	0,29	6,40	0,02	1,48	93,34	200,22	76,90	4,26

ЧЕТВЕРГ

с62011	608	Котлета мясная	100	13,20	13,05	17,06	238,5	0,10	2,6	0,03	0,027	39,60	152,28	19,32	1,56
с62011	759	Соус основной красный	30	0,02	1,44	1,80	20,23	0,00	0,04	0,05	0,00	3,35	3,15	1,75	0,05
с62015	304	Рис отварной с м/с	200	5,50	7,00	46,80	272,2	0,13	0,00	0,00	0,53	14,26	37,74	109,86	19,20
с62015	70/72	Овощная нарезка	60	0,49	0,09	1,39	8,33	0,00	6,00	0,00	0,10	13,80	8,40	25,20	0,60
пр пр-ва		Хлеб	40	3,04	0,3	24	110,9	0,048			0,3	6,9	25,2	9,9	0,56
сб 2018	15	Кисель из концентрата п/я	200	0,01		22,00	88,04					4,40		0,06	7,70
		ИТОГО		22,26	21,88	113,05	738,15	0,28	8,64	0,08	0,96	82,31	226,77	166,09	29,67

ПЯТНИЦА

с62005	536	Сосиска отварная	100	10,61	17,00	16,25	260,4	0,00	0,00	0,00	0,00	31,50	16,08	143,00	1,63
с62008	359	Макаронные изделия	200	7,36	3,00	35,26	197,5	0,08	0,00	28,00	0,03	6,48	49,56	28,16	1,48
с62011	759	Соус основной красный	25	0,15	1,20	1,50	17,4	0,00	0,35	0,05	0,00	3,35	3,15	1,75	0,05
с62015	86/83	Овощная нарезка	60	0,49	0,09	1,39	8,33	0,00	6,00	0,00	0,10	13,80	8,40	25,20	0,60
пр пр-ва		Хлеб	40	3,04	0,3	24	110,9	0,048			0,3	6,9	25,2	9,9	0,56
с62008	376	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,10	61,2	0,00	0,00	0,00	0,00	13,40	6,20	8,20	0,80
с62005	338/33	Фрукты	100	0,52	0,52	12,74	57,72	0,00	13,00	0,00	0,78	20,80	14,30	10,40	2,86
		ИТОГО		22,37	22,11	106,24	713,43	0,13	19,35	28,05	1,21	96,23	122,89	226,61	7,98

ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ

тех-ая и нор-ная документация	№ рецептуры	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая цен. (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16

ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ

ПОНЕДЕЛЬНИК

пр пр-ва		Вареники отварные с картофелем п/п	200	8,60	11,30	64,00	392,1	0,20	1,00	0,20	0,60	199,60	224,63	57,02	0,70
с62011	567	Колбаса п/к	20	2,20	5,56	0,04	59	0,00	0,00	4,00	0,00	12,00	0,00	2,00	0,002
пр пр-ва		Хлеб	40	3,04	0,3	24	110,9	0,048			0,3	6,9	25,2	9,9	0,56
с62008	376	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,10	61,2	0,00	0,00	0,00	0,00	13,40	6,20	8,20	0,80
с62008	б/н	Кондитерское изделие в ассортименте	50	4,50	3	29,20	161,8	0,6		6,00	0,19	17,40	54,00	12,00	1,26
		ИТОГО		18,54	20,16	132,34	784,96	0,85	1,00	10,20	1,09	249,30	310,03	89,12	3,32

ВТОРНИК

с62008	332	Плов	250	18	21,42	54	480,8	0,11	11,93	0	9,72	24,05	228,65	56,6	2,78
пр пр-ва		Хлеб	40	3,04	0,3	24	110,9	0,048			0,3	6,9	25,2	9,9	0,56
с62015	69/68	Огурец соленый/свежий	40	0,50	1,00	1,40	16,6	0,00	6,00	0,00	1,00	13,80	8,40	25,30	0,60
с62008	376	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,10	61,2	0,00	0,00	0,00	0,00	13,40	6,20	8,20	0,80
с62005	338/33	Фрукты	130	0,52	0,52	12,74	57,72	0,00	13,00	0,00	0,78	20,80	14,30	10,40	2,86
		ИТОГО		22,26	23,24	107,24	727,16	0,16	30,93	0,00	11,80	78,95	282,75	110,40	7,60

СРЕДА

с62008	294	Жаркое по- домашнему	250	10,58	15,00	13,00	229,32	0,20	38,59	0,03	8,16	28,7	195,3	53,2	2,98
с62015	70/72	Овощная нарезка	60	0,49	0,09	1,39	8,33	0,00	6,00	0,00	0,10	13,80	8,40	25,20	0,60
пр пр-ва		Хлеб	40	3,04	0,3	24	110,9	0,048			0,3	6,9	25,2	9,9	0,56
с62015	256	Булочка Лакомка	80	8,60	5,58	34,00	220,62	0,17	3,20	0,02	1,00	12,46	55,81	10,75	0,82
с62007	349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,8	0,12	26,48	110,2	0,02	0,56		0,04	35,6	29,94	22,34	0,78
		ИТОГО		23,51	21,09	98,87	679,33	0,44	48,35	0,05	9,60	97,50	314,63	121,36	5,74

ЧЕТВЕРГ

сб2008	359	Макаронные изделия отварные с м/с	200	7,36	6,02	35,26	224,7	0,08	0,00	28,00	0,03	6,48	49,56	28,16	1,48
сб2005	536	Сосиска отварная	100	10,61	14,60	16,25	238,8	0,00	0,00	0,00	0,00	31,50	16,08	143,00	1,63
сб2011	759	Соус основной красный	25	0,15	1,20	1,50	17,4	0,00	0,35	0,05	0,00	3,35	3,15	1,75	0,05
сб2015	86/83	Овощная нарезка	60	0,49	0,09	1,39	8,33	0,00	6,00	0,00	0,10	13,80	8,40	25,20	0,60
пр пр-ва		Хлеб	40	3,04	0,3	24	110,9	0,048			0,3	6,9	25,2	9,9	0,56
сб 2018	15	Кисель из концентрата п/я	200	0,01		22,00	88,04					4,40		0,06	7,70
		ИТОГО		21,66	22,21	100,40	688,13	0,13	6,35	28,05	0,43	66,43	102,39	208,07	12,02

ПЯТНИЦА

сб2011	667	Котлета из мяса птицы	100	12,00	12,05	17,06	224,7	0,10	2,6	0,03	0,027	39,60	152,28	19,32	1,56
сб2008	353	Каша гречневая с м/с	200	5,40	5,08	17,00	135,3	0,24	0,00	0,02	14,80	17,30	278,00	90,00	5,26
пр пр-ва		Хлеб	40	3,04	0,3	24	110,9	0,048			0,3	6,9	25,2	9,9	0,56
сб2008	б/н	Кондитерское изделие в ассортименте	40	0,98	3,92	13,00	91,2	0,4		4,00	0,13	11,60	36,00	8,00	0,84
сб2007	349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,8	0,12	26,48	110,2	0,02	0,56		0,04	35,6	29,94	22,34	0,78
сб2005	338/33	Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	44,4	0,00	10,00	0,00	0,60	16,00	11,00	8,00	2,20
		ИТОГО		22,22	21,47	97,54	716,67	0,81	3,16	4,05	15,30	111,00	521,42	149,56	9,00