

Согласовано
Руководитель учреждения

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ НА СУБСИДИЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ С 5-11 КЛАССЫ

ВЕСЕННИЙ СЕЗОН

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	Витамины В1, мг	Витамины С, мг	Витамины А, мг	Витамины Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
1-ая неделя														
1 день														
№ 378 Сбор.реп.ц. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150/50/15	1,52	1,35	15,900	81	0,04	1,33	0,16	-	136,600	92,8	5,4	0,110
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	Итого:		4,800	1,790	39,660	196	0,087	1,330	0,16	0,438	145,360	125,020	12,600	0,812
2 день														

№ 382 Сбор.ре ц. На прод-ию для обуч. Во всех образ.уч реж- Дели 2015	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,78 0	0,670	26,000	125	0,020	1,330		0,012	133, 330	111, 110	25,5 60	2,0 00
	ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ	30	2,28 0	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,00 0	19,5 00	4,20 0	0,3 30
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,00 0	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,76 0	12,7 20	3,00 0	0,3 72
	Итого:		7,06 0	1,110	49,760	240	0,067	1,330	0,0	0,450	142, 09	143, 330	32,7 60	2,7 02
3 день														
№ 377 Сбор.ре ц. На прод-ию для обуч. Во всех образ.уч реж- Дели 2015	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/1 5/7	0,08 4	0,012	15,185	62	0,003	2,800		0,014	3,25 0	1,54 0	0,84 0	0,0 87
	ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ	30	2,28 0	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,00 0	19,5 00	4,20 0	0,3 30

	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,00 0	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,76 0	12,7 20	3,00 0	0,3 72
	Итого:		3,36 4	0,452	38,945	177	0,050	2,80	0	0,45	12,0 10	33,7 6	8,04 0	0,7 89
4 день														
№ 376 Сбор.ре ц. На прод-ию для обуч. Во всех образ.уч реж- Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/1 5	0,53	-	9,470	40	-	0,27	-	-	13,6 00	22,1 3	11,7 3	0,1 00
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28 0	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,00 0	19,5 00	4,20 0	0,3 30
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,00 0	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,76 0	12,7 20	3,00 0	0,3 72
	Итого:		3,81 0	0,440	33,230	155	0,05	15,523	0,0	3,100	22,3 60	54,3 50	65,9 00	0,8 02
5 день														
№ 379 Сбор.ре ц. На прод-ию для обуч. Во всех	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,60 0	2,670	29,200	155	0,030	1,470			158, 670	132, 000	29,3 30	2,4 00

образ.уч реж- Дели 2015														
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28 0	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,00 0	19,5 00	4,20 0	0,3 30
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,00 0	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,76 0	12,7 20	3,00 0	0,3 72
	Итого:		6,88 0	3,110	52,960	270	0,077	1,470	0,000	0	167, 430	164, 220	36,5 30	3,1 02
	6 день													
№ 378 Сбор.ре ц. На прод-ию для обуч. Во всех образ.уч реж- Дели 2015	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150/5 0/15	1,52	1,35	15,900	81	0,04	1,33	0,16	-	136, 600	92,8	5,4	0,1 10
	БУЛОЧКА	50	8,50 0	3,800	57,600	134	0,490	0,42	0	0,020	15,0 00	18,0 00	4,50 0	3,0 00
	Итого:		10,0 20	5,150	73,500	215	0,5	1,750	0,16	0,020	151, 600	110, 800	9,90	3,1 10

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ НА СУБСИДИЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ С 5-11 КЛАССЫ														
ВЕСЕННИЙ СЕЗОН														
№ РЕЦЕПТУР	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	Витамины В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
2-ая неделя														
1 день														
№ 376 Сбор.реп.ц. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,53	-	9,470	40	-	0,27	-	-	13,600	22,13	11,73	0,100
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,280	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,500	4,200	0,330
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,000	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,720	3,000	0,372
	Итого:		3,810	0,440	33,230	155	0,05	0,270	0	0,438	22,360	54,350	18,90	0,80
2 день														

№ 377 Сбор.ре ц. На прод-ию для обуч. Во всех образ.уч реж- Дели 2015	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/1 5/7	0,08 4	0,012	15,185	62	0,003	2,800		0,014	3,25 0	1,54 0	0,84 0	0,0 87
	ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ	30	2,28 0	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,00 0	19,5 00	4,20 0	0,3 30
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,00 0	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,76 0	12,7 20	3,00 0	0,3 72
	Итого:		3,36 4	0,452	38,945	177	0,05	2,8	0	0,452	12,0 1	33,7 6	8,04	0,7 89
	3 день													
№ 379 Сбор.ре ц. На прод-ию для обуч. Во всех образ.уч реж- Дели 2015	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,60 0	2,670	29,200	155	0,030	1,470			158, 670	132, 000	29,3 30	2,4 00
	ХЛЕБ ПШЕНИНИЧНЫЙ	30	2,28 0	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,00 0	19,5 00	4,20 0	0,3 30
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,00	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,76	12,7	3,00	0,3

	(РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)		0								0	20	0	72
	Итого:		6,88 0	3,110	52,960	270	0,077	1,470	0	0,438	167, 430	164, 220	36,5 30	3,1 02
4 день														
№ 382 Сбор.ре ц. На прод-ию для обуч. Во всех образ.уч реж- Дели 2015	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,78 0	0,670	26,000	125	0,020	1,330		0,012	133, 330	111, 110	25,5 60	2,0 00
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28 0	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,00 0	19,5 00	4,20 0	0,3 30
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,00 0	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,76 0	12,7 20	3,00 0	0,3 72
	Итого:		7,06 0	1,110	49,760	240	0,067	1,33	0	0,45	142, 090	143, 33	32,7 60	2,7
5 день														
№ 376 Сбор.ре ц. На прод-ию для обуч. Во всех образ.уч реж-	ЧАЙ С САХАРОМ	200/1 5	0,53	-	9,470	40	-	0,27	-	-	13,6 00	22,1 3	11,7 3	0,1 00

Дели 2015														
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28 0	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,00 0	19,5 00	4,20 0	0,3 30
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,00 0	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,76 0	12,7 20	3,00 0	0,3 72
	Итого:		3,81 0	0,440	33,230	155	0,05	0,270	0	0,438	22,3 60	54,3 5	18,9 30	0,8 02
6 день														
№ 377 Сбор.ре ц. На прод-ию для обуч. Во всех образ.уч реж- Дели 2015	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/1 5/7	0,08 4	0,012	15,185	62	0,003	2,800		0,014	3,25 0	1,54 0	0,84 0	0,0 87
	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	40	2,40 0	1,900	30,000	146	0,000	0	0	0,000	4,40 0	20,0 00	3,60 0	0,3 00
	Итого:		2,48	1,912	45,185	208	0,003	2,800	0,000	0,014	7,65 0	21,5 40	4,44 0	0

Стоимость питания в день на одного учащегося составляет 8 руб 00 коп.