

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «Хэлф-Фуд»

СОГЛАСОВАНО:



ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ С 1-4 КЛАССЫ ГОРОДА АКТАНЫШ И АКТАНЫШСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА В 2021 Г.

№ рецептуры	Наименования блюд	выход	Белки г	Жиры г	Углево ды г	Калори йность	Витамин В1 мг	Витами н С,мг	Витами н А мг	Витами н Е мг	Са, мг	Р, мг	ЗИМНИЙ СЕЗОН		
													Mg, мг	Fe, мг	
	1-ая неделя														
	1 день														
№62 сбор.рец. На прод-ию для обуч Во всех образ учереж. Дели 2015	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ	60	0,516	2,132	4,450	50	0,029	13,430	0,0	0,234	23,302	10,850	2,468	0,158	
№ 266 сбор.рец. На прод-ию для обуч Во всех образ учереж. Дели 2015	БИФШТЕКС РУБЛЕННЫЙ	80	8,320	7,15	0,0	200	0,04	0,00	0,00	1,343	11,01	127,02	6,00	1,100	
№ 303 сбор.рец. На прод-ию для обуч Во всех образ учереж. Дели 2015	КАША ВЯЗКАЯ (ГРЕЧНЕВАЯ) С МАСЛОМ	150/5	6,662	9,024	34,00	170	0,292	0,00	0,00	0,518	37,352	170,553	44,550	1,101	
ТТК № 13	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	200	1,53	1,25	7,18	46	0,04	1,33	0,16	0,00	136,6	92,8	5,4	0,11	
	Хлеб Пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71	0,033	0,00	0,00	0,33	6,00	19,500	4,2	0,330	
	Хлеб Ржаной (ржано-пшеничный)	20	1,00	0,2	9,00	44	0,014	0,00	0,00	0,108	2,76	12,72	3,00	0,372	
	ИТОГО		20,308	19,996	69,39	581	0,448	14,76	0,16	2,533	217,024	433,443	65,618	3,171	
№ 45	2 день														
сбор.рец. На прод-ию для обуч Во всех образ учереж. Дели 2015	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,780	1,940	3,870	36	0,013	6,250	0,00	0,06	16,980	46,980	6,05	0,270	
№ 289	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	50/150	12,3	17,66	29,85	313	0,201	8,076	0,18	2,1	57,66	201,911	26,394	0,111	
сбор.рец. На прод-ию для обуч Во всех образ учереж. Дели 2015															

ЗИМНИЙ СЕЗОН

[illegible]

[illegible]

сбор.рец. На прод-ию для обуч во всех образ учереж. Дели 2015	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН)	100	0,900	0,200	8,1	43,1	0,06	60,2	0,00	0,240	34,1	23,00	13,05	0,3
№ 45 сбор.рец. На прод-ию для обуч Во всех образ учереж. Дели 2015	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,780	1,940	3,870	36	0,013	6,250	0,00	0,06	16,980	46,980	6,05	0,270
ТТК № 9	ФРИКАДЕЛЬКИ «ОСОБЫЕ» В СОУСЕ П/Ф	50/50	12,54	19,04	9,93	261,21	0,01	0,110	3,33	0,110	186,25	6,20	25,18	1,15
№ 171 сбор.рец. На прод-ию для обуч Во всех образ учереж. Дели 2015	КАША РАССЫПЧАТАЯ (ГРЕЧНЕВАЯ)	150	6,662	9,024	34,00	170	0,292	0,00	0,0	0,518	37,352	170,553	40,550	1,101
ТТК № 1	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200	0,2	0,00	5,06	21,04	0,00	0,00	0,100	0,00	5,05	8,25	4,4	0,84
	Хлеб Пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71	0,033	0,00	0,00	0,33	6,00	19,500	4,2	0,330
	Хлеб Ржаной (ржано-пшеничный)	20	1,00	0,2	9,00	44	0,014	0,00	0,00	0,108	2,76	12,72	3,00	0,372
	ИТОГО		24,362	30,644	84,72	646,35	0,422	66,56	3,43	1,366	288,492	287,203	96,43	4,363
	2 день													
№52 сбор.рец. На прод-ию для обуч Во всех образ учереж. Дели 2015	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,855	3,653	11,58	56	0,011	7,7	0,00	0,641	121,09	84,582	12,54	0,198
№ 291 сбор.рец. На прод-ию для обуч Во всех образ учереж. Дели 2015	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	50/150	14,510	14,710	28,34	364	0,21	4,9	0,1	1,2	83,07	273,00	40,45	1,9
686/2004	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (ПОЛУСЛАДКИЙ)	200/10/7	0,27	0,06	15,23	63	0,003	2,8	0,00	0,014	3,25	1,54	0,84	0,087
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71	0,033	0,00	0,00	0,330	6,00	19,500	4,2	0,330
	Хлеб ржаной (ржано пшеничный)	20	1,00	0,2	9,00	44	0,014	0,00	0,00	0,108	2,76	12,72	3,0	0,372
	ИТОГО		18,915	18,863	78,91	598	0,271	15,4	0,1	2,293	216,17	391,342	61,03	2,887
	3 день													
№ 47 сбор.рец. На прод-ию для обуч Во всех образ учереж. Дели 2015	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	60	2,600	5,058	4,944	56	0,013	5,180	0,00	1,381	25,278	18,606	8,616	0,010
	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ МОЛЯЧКА	80	12,4	5,2	6,8	123,2	0,08	1,7	0,03	0,22	18,42	135,7	42,4	0,8
№ 312 сбор.рец. На прод-ию для обуч Во всех образ учереж. Дели 2015	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ	150/5	3,09	8,282	22	172	0,164	7,943	0,08	0,231	47,805	98,835	8,00	0,00

18 сбор.рец. На прод- ию для обуч Во всех образ учереж. Дели 2015	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ(ЯБЛОКИ)	100	0,4	0,4	7,35	47	0,03	8,00	0,00	0,100	16,00	11,00	9,00	0,030
№ 56 сбор.рец. На прод- ию для обуч Во всех образ учереж. Дели 2015	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ	60	3,500	6,110	9,900	124	0,010	11,310	0,00	0,4	126,88	120,41	41,33	1,900
№ 303 сбор.рец. На прод-ию для обуч Во всех образ учереж. Дели 2015	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	50/150	12,30	17,66	29,85	313	0,201	8,76	0,18	2,1	57,66	201,911	26,394	0,111
686/2004	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (ПОЛУСЛАДКИЙ)	200/10/7	0,27	0,06	15,23	63	0,003	2,8	0,00	0,014	3,25	1,54	0,84	0,087
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	71	0,033	0,00	0,00	0,330	6,00	19,500	4,2	0,330
	Хлеб ржаной (ржано пшеничный)	20	1,00	0,2	9,00	44	0,014	0,00	0,00	0,108	2,76	12,72	3,0	0,372
	ИТОГО		19,75	24,67	86,09	662	0,291	30,37	0,18	3,052	212,55	367,081	84,764	2,83

Примечание: при составлении меню использованы

1. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"
2. Сборник технических нормативов. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Под общей редакцией В.Т. Лапиной, 2004 г. гор.Москва
3. Сборник технических нормативов –Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. –М.: ДеЛи принт, 2015 г.
4. Техничко-технологические карты разработанные ООО "Школьное питание"

конт. тел.:8(8552) 707107