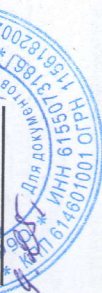


УТВЕРЖДАЮ:

Директор:



СОГЛАСОВАНО:

Директор:



Примерное 10-ти дневное меню

для обеспечения бесплатным

питанием обучающихся

за родительскую плату и

учащихся из семей граждан, заключивших контракт о добровольном содействии в выполнении задач, возложенных на Вооружённые Силы Российской Федерации, и принимающих участие в специальной военной операции на территории Донецкой Народной Республики, Луганской Народной Республики, Запорожской области, Херсонской области и Украины

Меню 1-е блюда

Утверждаю: \_\_\_\_\_

1 Вариант

Согласовано: \_\_\_\_\_

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>2-й прием пищи</b>							
Борщ с капустой и картофелем ТК №54-2С	250	5,90	6,20	12,70	138,00	ТК № 54-2С	2022
Компот из смеси сухофруктов ТК № 639	200	0,40	0,00	20,40	84,30	ТК №639	2004
Хлеб пшеничный ТТК №6	40	3,12	0,40	19,28	87,60	ТТК №6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>490</b>	<b>9,42</b>	<b>6,6</b>	<b>52,38</b>	<b>309,9</b>		

Прием пищи, наименование блюда

Масса порции

Пищевые вещества

Белки, г Жиры, г Углеводы, г

Энергетическая ценность, ккал

№ рецептуры

Сборник рецептур



Александр Д. Б. Дило Д. Д.

Меню 1-е блюда



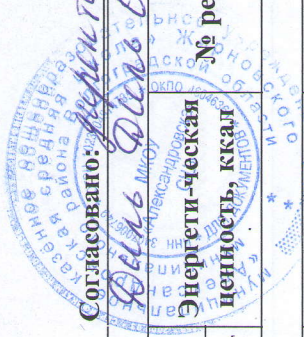
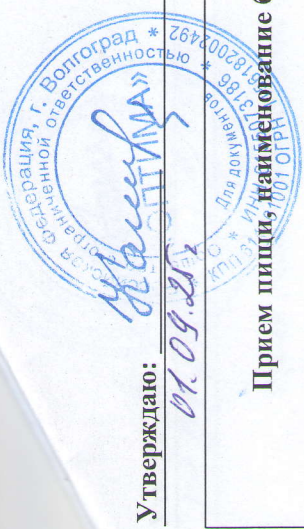
Утверждаю: *С.С.Савельев*  
 Руководитель ИМОЧ. Александровская *О.А.Овдат*

2 Вариант

Присем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>2-й прием пищи</b>							
Суп картофельный с макаронными изделиями ТК №54-7С	250	6,40	3,50	2,30	149,50	ТК №54-7С	2022
Чай с сахаром ТК №376	200	0,20	0,00	15,00	58,00	ТК №376	2017
Хлеб пшеничный ТТК №6	40	3,12	0,40	19,28	87,60	ТТК №6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>490</b>	<b>9,72</b>	<b>3,90</b>	<b>36,58</b>	<b>295,10</b>		

Меню 1-е блюда

Утверждаю: *01.09.2017*  
 Согласно: *01.09.2017*



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		2-й прием пищи					
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Суп гороховый ТК № 54-8с	250	8,35	5,75	20,30	166,40	ТК №54-8С	2022
Чай с сахаром каркаде ТК № 376 а	200	0,18	0,00	15,00	58,00	ТК № 376 а	2017
Хлеб пшеничный ТТК №6	40	3,12	0,40	19,28	87,60	ТТК №6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>490</b>	<b>11,65</b>	<b>6,15</b>	<b>54,58</b>	<b>312</b>		

Меню 1-е блюда

Утверждаю:

*М.О.А.Д.А.*

Согласовано:

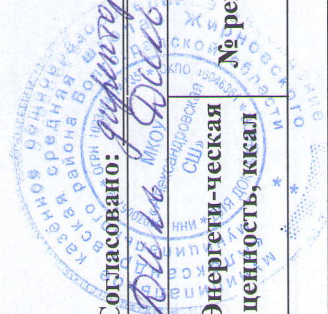
*М.О.А.Д.А.*

директор МКФУ, Александровский в/с

01.09.22

4 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г			
<b>2-й прием пищи</b>						
Щи из свежей капусты ТК №54-1с	250	5,80	7,00	7,15	ТК №54-1С	2022
Компот из смеси сухофруктов ТК № 639	200	0,40	0,00	20,40	ТК №639	2004
Хлеб пшеничный ТТК №6	40	3,12	0,40	19,28	ТТК №6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>490</b>	<b>9,32</b>	<b>7,4</b>	<b>46,83</b>		

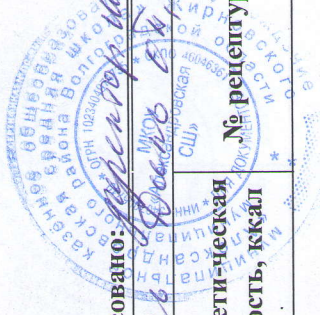


Меню 1-е блюда

Согласовано: *Ирина Владимировна Шкода* 01.09.2022  
 01.09.22

5 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>2-й прием пищи</b>							
Рассольник Ленинградский ТК № 54-3С	250	5,90	7,20	17,02	157,00	ТК №54-3С	2022
Чай с сахаром ТК №376	200	0,20	0,00	15,00	58,00	ТК №376	2017
Хлеб пшеничный ТТК №6	40	3,12	0,40	19,28	87,60	ТТК №6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>490</b>	<b>9,22</b>	<b>7,6</b>	<b>51,3</b>	<b>302,6</b>		



Меню 1-е блюда

Утверждаю:

*С.В. Давыдов*

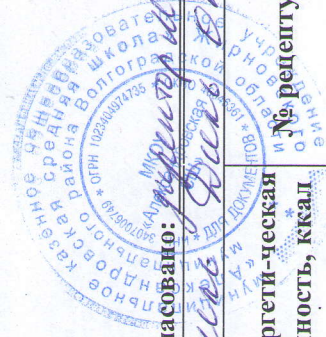
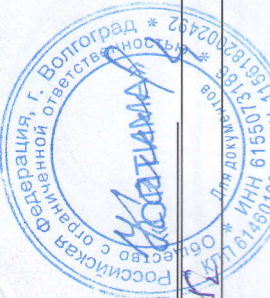
Согласовано:

*О.В. Давыдов*

Министр на Кош. Александровичева  
01.09.22

6 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>2-й прием пищи</b>							
Суп гороховый ТК № 54-8с	250	8,35	5,75	20,30	166,40	ТК №54-8С	2022
Чай с сахаром каркаде ТК № 376 а	200	0,18	0,00	15,00	58,00	ТК № 376 а	2017
Хлеб пшеничный ТТК №6	40	3,12	0,40	19,28	87,60	ТТК №6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>490</b>	<b>11,65</b>	<b>6,15</b>	<b>54,58</b>	<b>312</b>		



Меню 1-е блюда

Утверждаю:

01.09.2017

Дир. учреждения



Согласовано: *МКОУ. Александровские Ш.*  
*О.А. Давыдов* 01.09.2017

7 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>2-й прием пищи</b>							
Щи из свежей капусты ТК №54-1с	250	5,80	7,00	7,15	115,20	ТК №54-1С	2022
Чай с сахаром и лимоном ТК № 377	200	0,30	0,00	15,20	60,00	ТК №377	2017
Хлеб пшеничный ТТК №6	40	3,12	0,40	19,28	87,60	ТТК №6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>490</b>	<b>9,22</b>	<b>7,40</b>	<b>41,63</b>	<b>262,80</b>		

Меню 1-е блюда

Утверждаю:

*М.О.С. 2022*



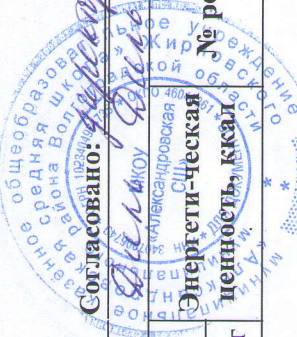
Прием пищи, наименование блюда

8 Вариант

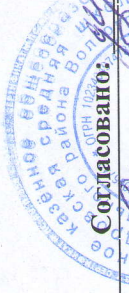
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>2-й прием пищи</b>							
Борщ с капустой и картофелем ТК №54-2С	250	5,90	6,20	12,70	138,00	ТК № 54-2С	2022
Компот из смеси сухофруктов ТК № 639	200	0,40	0,00	20,40	84,30	ТК №639	2004
Хлеб пшеничный ТТК №6	40	3,12	0,40	19,28	87,60	ТТК №6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>490</b>	<b>9,42</b>	<b>6,60</b>	<b>52,38</b>	<b>309,90</b>		

Согласовано: *А.И.С. 2022*

*А.И.С. 2022*



Меню 1-е блюда



Согласовано: *Директор МКУ «ЮТРИМА» Д.С. Оура*

Утверждаю: *01.09.2017*

9 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>2-й прием пищи</b>							
Суп картофельный с макаронными изделиями ТК №54-7С	250	6,40	3,50	2,30	149,50	ТК №54-7С	2022
Чай с сахаром ТК №376	200	0,20	0,00	15,00	58,00	ТК №376	2017
Хлеб пшеничный ТТК №6	40	3,12	0,40	19,28	87,60	ТТК №6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>490</b>	<b>9,72</b>	<b>3,90</b>	<b>36,58</b>	<b>295,10</b>		



Меню 1-е блюда

Утверждаю:

*М.О.Ж.*



Согласовано: *В.И.С.* *М.О.Ж.* *С.И.О.Ж.*

10 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>2-й прием пищи</b>							
Рассольник Ленинградский ТК № 54-3С	250	5,90	7,20	17,02	157,00	ТК №54-3С	2022
Компот из смеси сухофруктов ТК № 639	200	0,40	0,00	20,40	84,30	ТК №639	2004
Хлеб пшеничный ТТК №6	40	3,12	0,40	19,28	87,60	ТТК №6	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>490</b>	<b>9,42</b>	<b>7,6</b>	<b>56,7</b>	<b>328,9</b>		

Меню 1-е блюда

Утверждаю: *В.Т.Лашин*



Согласовано: *В.Т.Лашин*



*Согласовано: МКОУ ШКОУ № 10, от 09.02.*

ИТОГО ПО МЕНЮ: 61551013186

Итого:	б	ж	уг
Итого за период:	98,76	63,30	483,54
Среднее значение за период:	9,876	6,33	48,354
Соотношение пищевых веществ:	1	1	4

Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т. Лашинной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 6-  
 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Сборник технических нормативов. ФГБУ НИЦД Минздрава России, НИИ  
 ГиОЗДиП / под редакцией член-корр. РАН, д.м.н., профессора В.Р. Кучмы - М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2016. - 560 с.  
 Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурихин И.М., Тутельян В.А.  
 Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2017. - 544с.  
 Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) /  
 Новосибирск 2022. - 584с.