



Директор ООО «ТриГрад»
Корголюк Е.Ю.



Согласовано
Директор МКОУ «Молоковской ВИШ»
В.И.Савченко

**10н- дневное меню для обеспечения двухразовым питанием детей возрастной группы 12-18 лет
3 день.**

№ рец. по сбор	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества/г/						Энергет. ценность
			Б	Ж	У	Ж	У	Ж	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Завтрак									
181\2017 М	Каша манная молочная с сахаром и маслом	300	8,67	14,61	57,75			396,16	
14\2017М	Масло порционно	10	0,08	7,25	0,13			66,00	
686\2004 Л	Чай с сахаром и лимоном	205	0,13	0,02	15,2			62	
701\2017 М	Хлеб пшеничный	40	3,75	1,86	17,47			110	
	Итого	555	12,63	23,74	90,55			634,16	
	Норма завтрака по СанПиН 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	19-23	76,6-95,75			544-680	

Обед

71\2017М	Огурец свежий	100	0,58	0,08	1,58			10
103\2011 М	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,75	2,75	3,22			117,5
493\2004Л	Птица тушеная в сметанном соусе	100	8,697	8,133	2,836			119
171\2017М	Каша рассыпчатая пшеничная	180	13,85	9,00	48,06			292,50
699\2004Л	Напиток лимонный	200	0,1	0	24,2			93
701\2017 М	Хлеб пшеничный	40	3,75	1,86	17,47			110
702\2010 М	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,53	0,45	17,4			87,6
п.т	Печенье "Чоко-Пай"	30	1,44	5,29	14,27			110
	Итого	940	32,257	22,273	114,766			939,6
	Норма обеда по СанПиН 30%- 35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05			816-952
	Всего	44,887	46,013	205,316			1573,76	
	Норма по СанПиНу ± 5%	45-54	45-55,2	191,5-229,8			1360-1632	



Согласовано:
 Директор МКОУ «Школа № 1»
 Т. П. Соловьева



Утверждено
 Директор ООО «Питание»
 А. В. Коротко Е. Ю.

10п- дневное меню для обеспечения двухразовым питанием детей возрастной группы 12-18 лет

№ реп.	по сбор.	I	Наименование блюда	Выход	6 день						Энергет. ценность
					Б	Ж	У	В	С	7	
				3	4	5	6	6			
Завтрак											
182/2017 М			Каша овсяная молочная жидкая с сахаром и маслом	250	11,3	16,8	50,75				397,5
378/2017 М			Чай с молоком	200	1,58	1,35	15,9				81
338/2017 М			Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80				44,00
701/2017 М			Хлеб пшеничный	30	2,43	0,3	14,64				72,6
			Итого	580	15,71	18,85	91,09				595,1
			Норма завтрака по СанПин. 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75				544-680

Обед											
71/2017 М			Огурец свежий	100	0,58	0,08	1,58				10
135/2004 л			Суп овощной со сметаной	250	2,6	6,9	12,8				125,3
492/2004			Плов с мясом кур	200	15,2	15,8	36,2				348
342/2011 М			Компот из свежих плодов	200	0,1	0,2	27,5				112,7
701/2010 М			Хлеб пшеничный	40	3,75	1,86	17,47				110
702/2010 М			Хлеб ржано-пшеничный	40	2,53	0,45	17,4				87,6
п.т			Вафли "Хрустус"	27	0,8	1	23,2				106,2
			Итого	857	25,59	26,27	136,1				899,75
			Норма обеда по СанПин 30%- 35% ± 5%	800	27-31,5	27-32,2	114,9-134,05				816-952
			Всего	41,30	45,12	227,19	1494,85				1360-1632
			Норма по СанПин ± 5%	45-54	45-55,2	191,5-229,8	1360-1632				