

Начальник Территориального управления Роспотребнадзора по Ростовской области в г. Азове, Азово-Кагальницком районе



«
»
май

А.А. ПЛУХОВ

Директор
МБОУ Кагальницкой СОШ



Н.И. Демидова
016г № 280

Перспективное двухнедельное меню
горячего питания учащихся 1-4 классов МБОУ Кагальницкая СОШ на учебный год 2016 -2017гг
составлен согласно Справочника рецептуры блюд для питания учащихся образовательных учреждений
под редакцией Варфоломеевой В.Л. Москва 2003г.

Начальник Территориального управления Роспотребнадзора по Ростовской области в г. Азове, Азово-Кагальницком районе



« » 2016 г. А.А. ГЛУХОВ

Директор МБОУ Кагальницкой СОШ



НИИ. Демидова
016г № 280

Перспективное двухнедельное меню
горячего питания учащихся 1-4 классов МБОУ Кагальницкая СОШ на учебный год 2016 -2017гг
составлен согласно Справочника рецептуры блюд для питания учащихся образовательных учреждений
под редакцией Варфоломеевой В.Л. Москва 2003г.

Исходный напиток с молоком		422	200г	105	1,4	1,6	7,31	0	0,07	25,2	73,6	60,4	7	45	0,09	0,01	0	0,02	0,07	0,05	0,65
Итого				735	12,795	12,96	48,91	1,63	0,84	633,35	506,29	171,51	52,02	209,38	2,415	0,04	0,97	0,215	0,24	1,6	20,23
Процент от суточного потребления				31,3	16,6	16,4	14,6					15,6	20,8	12,7	20,1	5,7		17,9	17,1		33,7
День 5																					
Запеканка творожная со смет		292	200г/15г	482	9,79	11,05	22,48	1,22	0,27	463,15	807,07	29,36	39,63	141,5	1,67	0,04	0,05	0,17	0,15	3,23	24,1
Хлеб пшеничный			50	120	2,28	0,24	12,76	0,76	0,09	149,7	27,9	6	4,2	19,5	0,33	0	0	0,03	0,01	0,27	0
Компот из сухофруктов		395	200г	104	0	0	9,98	0	0	0,1	0,3	0,2	0	0	0,03	0	0	0	0	0	0
Итого				706	12,07	11,29	45,22	1,98	0,36	612,95	836,27	29,56	43,83	161	2,03	0,04	0,05	0,2	0,16	3,5	24,1
Процент от суточного потребления				31,0																	
День 6																					
Каша пшеничная рассыпчатая		445	150г	330	5,83	4,41	28,71	0,5	0	195,18	176,09	11,49	92,5	138,31	3,11	0,02	0,01	0,19	0,09	1,93	0
Соус красный основной		455	20г	44	0,163	0,345	1,24	0,03	0,02	0,569	10,98	1,354	1,406	2,746	0,05	0,002	0,157	0,004	0,003	0,05	0,39
Котлета из говяжьего мяса		163	80	195	7,98	6,93	4,47	0,1	0,06	412,23	161,5	23,14	16,34	86,1	0,77	0,02	0,55	0,04	0,09	1,74	0,69
овощи свежие резаные		24	50	73	0,9	5,13	5,44	0,49	0,1	292,93	136,9	15,42	11,51	29,38	0,39	0	1,47	0,03	0,03	0,5	5,71
Хлеб пшеничный			50	120	2,28	0,24	14,76	0,76	0,09	149,7	27,9	6	4,2	19,5	0,33	0	0	0,03	0,01	0,27	0
Кисель фруктовый		395	200г	104	0	0	9,98	0	0	0,1	0,3	0,2	0	0	0,03	0	0	0	0	0	0
Итого				866	17,153	17,055	64,6	1,88	0,27	1050,71	513,67	57,604	125,956	276,036	4,68	0,042	2,187	0,294	0,223	4,49	6,79
Процент от суточного потребления				36,9	22,3	21,6	19,3					5,2	50,4	16,7	39,0	6,0		24,5	15,9		11,3
День 7																					
Суп картофельный с фрикадельками		125	250г/30г	220	7,42	5,76	20	1,31	0,27	163,02	780,97	28,59	40,3	141,55	1,37	0,03	0,94	0,17	0,14	2,28	24,3
Хлеб пшеничный			50	120	2,28	0,24	12,76	0,76	0,09	149,7	27,9	6	4,2	19,5	0,33	0	0	0,03	0,01	0,27	0
Овощи свежие		12	50г	7	0,4	0,05	1,3	0,35	0,05	4	70,5	11,5	7	21	0,3	0	0,03	0,01	0,02	0,1	5
Сок фруктовый		395	200г	104	0	0	9,98	0	0	0,1	0,3	0,2	0	0	0,03	0	0	0	0	0	0
Теченье юбилей витаминизиров.		505	100	360	4,37	8,92	17,72	0,04	0,01	171,15	68,93	21,48	8,46	49,79	0,66	0,01	0	0,07	0,04	0,52	0,09
Итого				811	15,07	14,97	60,76	2,46	0,42	487,97	948,6	67,77	59,96	231,84	2,69	0,04	0,97	0,28	0,21	3,17	29,39
День 8																					
Салат из овощей		317	200	220	2,196	4,788	22,696	1,14	0,312	304,85	388,89	41,74	26,66	56,82	0,912	0,024	2,04	0,072	0,06	1,092	28,55
Яйце куриное тушенное		176	100	235	8,89	8,13	7,77	0,18	0,23	285,81	409,59	16,31	28,87	195,97	2,06	0	0,57	0,12	0,01	0,37	7,7
Хлеб пшеничный			100	240	2,28	0,24	12,76	0,76	0,09	149,7	27,9	6	4,2	19,5	0,33	0	0	0,03	0,01	0,27	0
Компот из сухофруктов		395	200г	104	0	0	9,98	0	0	0,1	0,3	0,2	0	0	0,03	0	0	0	0	0	0
Итого				799	13,366	13,158	52,206	2,08	0,632	740,46	805,68	64,25	59,73	272,29	3,332	0,024	2,61	0,222	0,08	1,732	36,25
Процент от суточного потребления				34,0	17,4	16,7	15,6					5,8	23,9	16,5	27,8	3,4		18,5	5,7		60,4
День 9																					
Каша пшеничная с сл. маслом		443	150г/7	280	4,16	7,73	28,7	0,85	0,19	0	509,68	46,33	22,99	64,47	0,93	0,02	0,03	0,1	0,08	1,12	17,3
Хлеб из куриного мяса		236	80	235	7,5	7,14	5,88	0,12	0,11	61,31	166,89	28,41	18,52	96,19	0,76	0,01	0,21	0,07	0,07	0,82	2,44

Овощи тушённые	14	50г	124	1,2	0,15	5,85	0,6	0,6	30	217,5	10,5	15	19,5	0,675	0	0,9	0,045	0,03	0,39	18,75
Хлеб пшеничный		50	120	2,28	0,24	12,76	0,76	0,09	149,7	27,9	6	4,2	19,5	0,33	0	0	0,03	0,01	0,27	0
Компот из свежих фруктов	385	200г	104	0	0	8,98	0	0	0,1	0,3	0,2	0	0	0,03	0	0	0	0	0	0
Всего за 1 день			863	15,14	15,26	62,17														
Процент от суточного потребления			37,0																	

День 10

Плов из куриного мяса	443	250/50	385	10,16	12,73	27,7	0,85	0,19	0	509,68	46,33	22,99	64,47	0,93	0,02	0,03	0,1	0,08	1,12	17,3
Овощи тушённые	14	50г	156	0,825	0,15	2,85	0,6	0,6	30	217,5	10,5	15	19,5	0,675	0	0,9	0,045	0,03	0,39	18,75
Хлеб пшеничный		50	120	2,28	0,24	12,76	0,76	0,09	149,7	27,9	6	4,2	19,5	0,33	0	0	0,03	0,01	0,27	0
Компот из свежих фруктов	395	200г	104	0	0	8,98	0	0	0,1	0,3	0,2	0	0	0,03	0	0	0	0	0	0
Итого			765	13,265	13,12	52,29	2,21	0,88	179,8	755,38	63,03	42,19	103,47	1,965	0,02	0,93	0,175	0,12	1,78	36,05
Процент от суточного потребления			32,6	17,2	16,6	15,6					5,7	16,9	6,3	16,4	2,9		14,6	8,6		60,1

Средняя величина за 10 дней

791,2 14,65 14,55 56,2 2,46 0,63 745 822 65,3 43,2 105 2 0,023 1,67 0,202 0,1 1,75 36,1