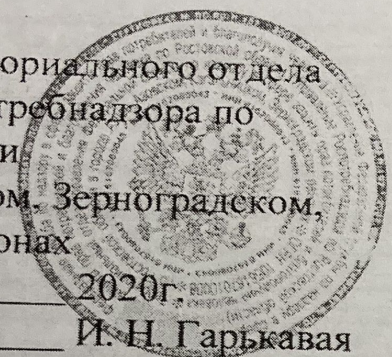


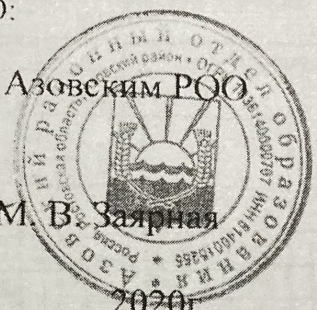
СОГЛАСОВАНО:

Начальник Территориального отдела
управления Роспотребнадзора по
Ростовской области
в г. Азове, Азовском, Зерноградском,
Кагальницком районах
«24» 09
И. Н. Гарькавая



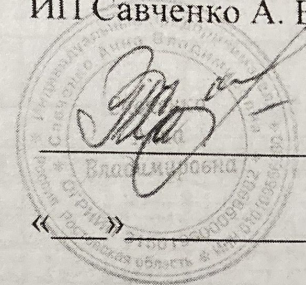
УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий Азовским РОО
М. В. Заирная
« » 2020г.



СОГЛАСОВАНО:

ИП Савченко А. В.
А. В. Савченко
« » 2020г.



**Перспективное десятидневное меню
Школьного льготного горячего питания 1-4 классов в школах Азовского района на 2020-2021 учебный год на
осеннее-зимний период
составлен согласно Справочника рецептуры блюд для питания учащихся образовательных учреждений
под редакцией Варфоломеевой В.Л. Москва 2003г.**

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------------|-----|--------|-------|-------|-------|-------|------|-------|---------|--------|--------|---------|---------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|------|-------|------|
| изделия отварные | 25 | 80 | 130 | 13 | 12 | 12 | 0,1 | 0,06 | 0,569 | 10,98 | 1,354 | 1,406 | 2,746 | 0,05 | 0,002 | 0,157 | 0,004 | 0,003 | 0,05 | 0,5 | 0,39 | |
| сметаночная | 24 | 70 | 73 | 0,9 | 3,13 | 5,44 | 0,49 | 0,1 | 412,23 | 161,5 | 23,14 | 16,34 | 86,1 | 0,77 | 0,02 | 0,55 | 0,04 | 0,09 | 1,74 | 0,6 | 0,69 | |
| сметанный | | 50 | 120 | 2,28 | 0,24 | 12,76 | 0,76 | 0,09 | 292,93 | 136,9 | 15,42 | 11,51 | 29,38 | 0,39 | 0 | 1,47 | 0,03 | 0,03 | 0,5 | 1,5 | 5,71 | |
| с сахаром и лимоном | 395 | 200г | 104 | 0 | 0 | 20,98 | 0 | 0 | 149,7 | 27,9 | 6 | 4,2 | 19,5 | 0,33 | 0 | 0 | 0,03 | 0,01 | 0,27 | 2 | 0 | |
| Итого | | | 611 | 20,17 | 20,12 | 81,13 | 1,88 | 0,27 | 0,1 | 0,3 | 0,2 | 0 | 0 | 0,03 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0 | |
| количество от суточного потребления | | | 29,1 | 26,2 | 25,5 | 24,2 | | | 1050,71 | 513,67 | 57,604 | 125,956 | 276,036 | 4,68 | 0,042 | 2,187 | 0,294 | 0,223 | 4,49 | 6,3 | 6,79 | |
| День 7 завтрак | | | | | | | | | | | | 5,2 | 50,4 | 16,7 | 39,0 | 6,0 | | 24,5 | 15,9 | | 90 | 17,0 |
| пюре из картофеля с мясом | 125 | 250/20 | 260 | 12,42 | 12,76 | 44 | 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 | 1,2 | 24,3 | |
| сметанный | | 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 | 2 | 0 | |
| с маслом и репчатый лук | 25 | 60 | 59 | 1,2 | 2 | 26 | 0,35 | 0,05 | 4 | 70,5 | 11,5 | 7 | 21 | 0,3 | 0 | 0,03 | 0,01 | 0,02 | 0,1 | 2 | 5 | |
| с молоком | 395 | 200г | 104 | 8 | 8 | 10 | 0 | 0 | 0,1 | 0,3 | 0,2 | 0 | 0 | 0,03 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0 | |
| Итого | | | 543 | 23,9 | 23 | 92,76 | 2,42 | 0,41 | 316,82 | 879,67 | 46,29 | 51,5 | 182,05 | 2,03 | 0,03 | 0,97 | 0,21 | 0,17 | 2,65 | 6,8 | 29,3 | |
| День 8 завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| пюре из картофеля с овощами | 487 | 150 | 176 | 6,5 | 5 | 43 | 1,14 | 0,312 | 304,85 | 368,89 | 41,74 | 26,66 | 56,82 | 0,912 | 0,024 | 2,04 | 0,072 | 0,06 | 1,092 | 22,5 | 10 | |
| сметанный с отварной сл.м. | | 150 | 149 | 4,97 | 5,92 | 12,72 | 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 | 1,5 | 0,09 | |
| сметанный | | 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 | 2 | 0 | |
| с чаем и напитком с молоком | 395 | 200г | 104 | 6 | 8 | 10 | 0 | 0 | 0,1 | 0,3 | 0,2 | 0 | 0 | 0,03 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 20 | |
| Итого | | | 549 | 19,75 | 19,16 | 78,48 | 1,94 | 0,412 | 625,8 | 466,02 | 69,42 | 39,32 | 126,11 | 1,932 | 0,034 | 2,04 | 0,172 | 0,11 | 1,882 | 4,8 | 30,09 | |
| количество от суточного потребления | | | 26,1 | 25,6 | 24,3 | 23,4 | | | | | | 6,3 | 15,7 | 7,6 | 16,1 | 4,9 | | 14,3 | 7,9 | | 69 | 75,0 |
| День 9 завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| пюре из картофеля с овощами | 443 | 150 | 186 | 5,16 | 8,73 | 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 | 0,3 | 0 | |
| сметанный с тушеном с овощами | 236 | 80 | 125 | 11,5 | 10,14 | 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 | 0,2 | 0 | |
| сметанный с овощами | 210 | 60 | 65 | 1,2 | 1,15 | 23,85 | 0,6 | 0,6 | 30 | 217,5 | 10,5 | 15 | 19,5 | 0,675 | 0 | 0,9 | 0,045 | 0,03 | 0,39 | 2 | 10 | |
| сметанный | | 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 | 2 | 0 | |
| с сахаром | 395 | 200г | 104 | 0 | 0 | 9 | 0 | 0 | 0,1 | 0,3 | 0,2 | 0 | 0 | 0,03 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 20 | |
| Всего за 1 день | | | 600 | 20,14 | 20,26 | 80,19 | | | | | | | | | | | | | | 4,6 | 30 | |
| количество от суточного потребления | | | 28,0 | 26,0 | 25,0 | 25,0 | | | | | | | | | | | | | | 68 | 75,0 | |
| День 10 завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| пюре из картофеля с мясом | 403 | 250 | 243 | 10 | 11 | 42 | 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 | 0 | 0 | |
| сметанный | 14 | 60 | 133 | 8,5 | 9,5 | 17,5 | 0,6 | 0,6 | 30 | 217,5 | 10,5 | 15 | 19,5 | 0,675 | 0 | 0,9 | 0,045 | 0,03 | 0,39 | 3 | 10 | |
| сметанный | | 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 | 2 | 0 | |
| с молоком | | 200г | 104 | 0 | 0 | 9 | 0 | 0 | 0,1 | 0,3 | 0,2 | 0 | 0 | 0,03 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 20 | |
| Итого | | | 600 | 20,78 | 20,74 | 81,26 | 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 | 5,1 | 30 | |
| количество от суточного потребления | | | 28,6 | 27,0 | 26,3 | 24,3 | | | | | | 5,7 | 16,9 | 6,3 | 16,4 | 2,9 | | 14,6 | 8,6 | | 73 | 75,0 |
| величина за 10 дней | | | 614,2 | 21,18 | 21,68 | 83 | 2,46 | 0,63 | 745 | 822 | 65,3 | 43,2 | 105 | 2 | 0,023 | 1,67 | 0,202 | 0,1 | 1,75 | 6,7 | 32 | |