

«Согласовано»

Директор \_\_\_\_\_

"02" сентября 2021г.

«Утверждаю»

Генеральный директор

МКП «Городской комбинат

Школьного питания»

Шахова А.М.

Меню приготавливаемых блюд, разработанное в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы	ценность	
Неделя 1							
День 1							
Возрастная категория: 7-11 лет							
Завтрак	Бутерброд с сыром (сыр Российский, хлеб пшеничн.)	22/36	7,8	6,85	18,36	170	868
	Колбаса отварная (колбаса вареная)	75	9	14,6	1	172	625
	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль йодир.)	150	5,3	3,93	32,73	187,5	307
	Напиток из облепихи протертой с сахаром (облепиха, протертая с сахаром, сахар-песок)	200	0,26	1,18	19,8	91	904
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	1	0,2	20,2	91	-
Итого за завтрак:		683	23,36	26,76	92,09	711,5	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
Завтрак	Бутерброд с сыром (сыр Российский, хлеб пшеничн.)	28/40	9,4	8,66	20,4	201,9	868
	Колбаса отварная (колбаса вареная)	75	9	14,6	1	172	625
	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сл., соль йодир.)	180	6,3	4,71	39,2	225	307
	Напиток из облепихи протертой с сахаром (облепиха, протертая с сахаром, сахар-песок)	200	0,26	1,18	19,8	91	904
	Сок фруктовый в потребительской упаковке	1/200	1	0,2	20,2	91	
Итого за завтрак:		723	25,96	29,35	100,6	780,9	
Возрастная категория: 7-11 лет							
Обед	Закуска порционная (огурцы свежие)	65	0,4	0,06	1,2	7,15	982
	Щи из свежей капусты с фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.)	10/200	4,2	6,1	6,6	98,8	197/998
	Фрикадельки из говядины с соусом (говядина, масло растит., лук репч., мука пшен., хлеб пшен., молоко, соль йодир. Соус кр осн) 70/30	100	10,4	14	11,4	214	1028
	Пюре картофельное (картофель, молоко т/п, масло сл.)	150	3	4,4	20	132	371
	Напиток из шиповника (шиповник, лимон, сахар-песок)	180	0,34	0,12	16,4	67	591
	Хлеб пшеничный йодированный	44	3,3	0,44	22,4	110	-
	Хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	39	-
	Груша	170	0,68	0,51	17,51	79,9	
Итого за обед:		939	24,34	26	109,19	755,85	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
	Закуска порционная (огурцы свежие)	80	0,56	0,08	1,52	8,8	982
	Щи из свежей капусты с фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.)	15/250	5,9	8,2	8,2	131	197/998