

Согласовано
Директор
"МОУ "Малореченская школа "
Э.Ш. Кераметов
" " " 2024г



УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "Традиции"
г.Симферополь
А.В. Кордончик
" " " 2024г.



Основное (организованное) меню горячего питания (завтрак) учащихся 5-
11 классов, СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Сезон: Весенний; Возрастная категория 12-18 лет
общеобразовательных школ Алуштинского района

Вторая неделя

6 день

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Норма суммарный объем	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
	Завтрак						
65	Бутерброды с сыром (3-й вариант)		50	7,20	13,00	10,00	186,00
177	Каша пшенная с изюмом		200/10	8,19	11,90	46,19	326,00
338	Фрукты свежие		125	1,88	0,63	26,25	120,00
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный		40	2,72	0,52	15,92	79,20
467	Напиток из цикория с молоком		200	6,00	1,00	8,00	65,00
	ИТОГО	550	625	25,99	27,05	106,36	776,20

7 день

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Норма суммарный объем	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
	Завтрак						
85	Салат "Любительский"		100	1,80	10,10	7,10	126,00
235	Шницель рыбный натуральный		120	14,88	16,58	9,58	248,73
311	Картофель в молоке		180	4,22	4,47	23,69	151,92
457	Чай с сахаром		200	0,20	0,10	9,30	38,00
573(пр)	Хлеб пшеничный		70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный		60	4,08	0,78	23,88	118,80
	ИТОГО	550	730	30,50	32,60	107,99	847,25

8 день

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Норма суммарный объем	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
	Завтрак						
260	Гуляш		80/50	12,77	16,90	33,83	370,80
203	Макаронные отварные		145/5	5,46	5,79	30,46	205,50
321	Капуста тушеная		140	2,89	4,53	13,20	105,14
389	Сок фруктовый		180	0,90	0,00	18,18	76,32
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный		60	4,08	0,78	23,88	118,80
	ИТОГО	550	650	26,10	27,99	119,54	876,56

9 день

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Норма суммарный объем	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
	Завтрак						
75	Икра морковная		100	2,01	0,10	20,55	91,20
372	Биточки из птицы припущенные		110	22,00	19,80	11,79	312,71
276	Омлет с отварным картофелем		180	12,42	15,48	12,78	241,20
579	Чай с шиповником		180	0,36	0,09	16,56	69,30
573(пр)	Хлеб пшеничный		70	5,32	0,56	34,44	163,80
	ИТОГО	550	640	42,11	36,03	96,12	878,21

10 день

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Норма суммарный объем	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
	Завтрак						
265	Запеканка из макарон с творогом		135	9,25	3,31	27,54	353,70
182	Каша жидкая молочная гречневая с м/с		200/10	9,09	12,99	35,18	295,00
386	Кисломолочный напиток (простокваша)		200	6,00	1,00	8,00	65,00
338	Фрукты свежие		150	0,60	0,60	14,70	70,50
	ИТОГО	550	695	24,94	17,90	85,42	784,20

Факт					
Норма	598	29,31	24,93	106,09	789,19
% выполнения	550	22,50	23,00	95,75	680,00
	100	130	108	111	115