

Согласовано:
Директор МКОУ

Утверждено
Директор ООО "Питание"
/ Кортонюжко Е.Ю.



5и- дневное меню для обеспечения двухразовым питанием детей возрастной группы 7-18 лет

2 день

№ рецеп. по сбор.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергет. плотность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
302\2004 Л	Каша вязкая гречневая молочная с сахаром и маслом	250	11,06	11,93	39,25	304
7\2004 Л	Сыр порционно	10	2,32	2,95	0,00	36,00
379\2017 М	Кофейный напиток с молоком	200\15	2,94	2,68	20,82	113,40
701\2010	Хлеб пшеничный	40	3,75	1,86	17,47	110
	Итого	515	20,07	19,42	77,54	563,4
	Норма завтрака по СанПиН 20%-25% ± 5%	500	15,4-19,25	15,8-19,75	67-83,75	470-587,5
Обед						
33\2011 М	Свекла отварная с растительным маслом	60	0,71	3,04	4,18	47,0
139\2004 Л	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,48	4,96	17,84	133,6
489\2004 Л	Рагу с птицей	240	14,4	11,64	23,28	278,4
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	30	1,9	0,3	12,3	59,4
	Итого	770	25,34	22	102,57	741,05
	Норма обеда по СанПиН 30%-35% ± 5%	700	23,1-26,95	23,7-26,95	100,5-117,25	705-822,5
	Всего		45,41	41,42	180,11	1304,45
	Норма по СанПиН ± 5%		38,5-46,2	39,5-47,4	167,5-201	1175-1410