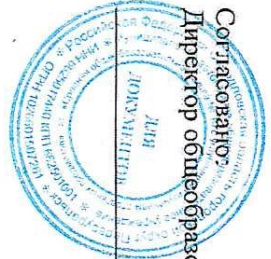


Согласовано:  
Директор общеобразовательного учреждения



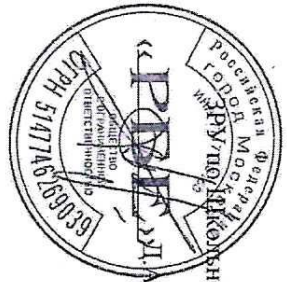
**Примерное двухнедельное меню горячего питания (завтрак)  
для обучающихся возрастной категории 7-11 лет  
образовательных учреждений г. Первоуральск**

Разработано в соответствии с:

СанПин 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"

Стоимость питания 1 день 91,00 руб.

2024 год



Утверждаю:  
ООО «РВЕ»  
Плужников

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал.
<b>1 день 1 недели</b>							
<b>Завтрак</b>							
с (порциями)	15	2008	14	3,95	3,99	0	52
на рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	180	2008	189	6,89	8,46	31,07	229
ао-напиток на молоке	200	2016	415	3,86	3,84	14,70	108
урт в индивидуальной упаковке, м.д.ж. 2,5%	125	АКП	3	3,10	2,50	18,00	107
он нарезной из муки высшего сорта	25	АКП	1	1,93	0,75	12,53	65
<b>того за прием пищи:</b>	<b>545</b>			<b>19,73</b>	<b>19,54</b>	<b>76,30</b>	<b>561</b>

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность,
<b>2 день 1 недели</b>							
<b>Завтрак</b>							
Фрикадельки из филе цыпленка	50	2016	619	7,40	7,80	10,20	126
Макаронны отварные с сыром	160	2017	204	6,66	6,88	20,66	178
Чай с сахаром	200	2016	424	0,22	0,08	14,16	58
Фрукт (яблоки)	150	2016	403	0,40	0,40	9,80	44
Батон нарезной из муки высшего сорта с микроингредиентами	25	АКП	1	1,93	0,75	12,53	65
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>585</b>			<b>16,61</b>	<b>15,91</b>	<b>67,35</b>	<b>471</b>

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал.
<b>3 день 1 недели</b>							
<b>Завтрак</b>							
Пюре творожное с молоком сгущенным	170	2016	242	14,03	15,30	36,40	328
Пюре из вареной кукурузы с сахаром, лимонным соком	25	АКП	1	1,93	0,75	12,53	65
Пюре из вареной кукурузы с сахаром, лимонным соком	200	2016	420	0,14	0,04	10,02	42
Пюре из вареной кукурузы с сахаром, лимонным соком	130	2016	403	0,80	0,20	8,10	38
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>525</b>			<b>16,9</b>	<b>16,3</b>	<b>67,1</b>	<b>473,0</b>

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, кДж
<b>4 день 1 недели</b>							
<b>Завтрак</b>							
Бутерброд с сыром	40	2016	5	5,88	6,14	12,53	117
Каша из пшена и риса молочная вязкая "Дружба" с маслом слив.	180	2008	190	7,01	9,70	31,55	255
Чай с сахаром	200	2016	423	0,18	0,04	10,14	42
Фрукт (яблоко)	150	2016	403	0,80	0,20	7,50	35
Батон нарезной из муки высшего сорта	25	АКП	1	1,93	0,75	12,53	65
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>595</b>			<b>15,80</b>	<b>16,83</b>	<b>74,25</b>	<b>514</b>

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация	№ рецептуры	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал.
<b>5 день 1 недели</b>							
<b>Завтрак</b>							
печенье "Домашняя"	50	2016	271	6,48	5,87	6,13	115
припущенный с маслом сливочным	180	2008	189	3,03	4,74	24,50	153
со сгущенным молоком	200	2008	432	2,00	2,30	20,70	88
сироп в индивидуальной упаковке, м.д.ж. 2,5%	125	АКП	3	3,10	2,50	18,00	107
масло сливочное высшего сорта	25	АКП	1	1,93	0,75	12,53	65
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>580</b>			<b>16,54</b>	<b>16,16</b>	<b>81,86</b>	<b>528</b>

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация	№ рецептуры	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетич. ценность,
<b>6 день 1 недели</b>							
<b>Завтрак</b>							
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180	2008	189	6,58	9,07	28,92	234
Какао на молоке	200	2016	424	3,86	3,84	14,70	108
Йогурт в индивидуальной упаковке, м.д.ж. 2,5%	125	АКП	3	3,10	2,50	18,00	107
Батон нарезной из муки высшего сорта	25	АКП	1	1,93	0,75	12,53	65
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>530</b>			<b>15,47</b>	<b>16,16</b>	<b>74,15</b>	<b>514</b>

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация	№ рецептуры	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал.
<b>Завтрак</b>							
(порциями)	15	2008	14	3,95	3,99	0	52
а пшеничная молочная с маслом сливочным	180	2008	189	6,80	7,30	23,50	223
ю на молоке	200	2016	424	3,86	3,84	14,70	108
бург в индивидуальной упаковке, м.д.ж. 2,5%	125	АКП	3	3,10	2,50	18,00	107
ин нарезной из муки высшего сорта	25	АКП	1	1,93	0,75	12,53	65
<b>го за прием пищи:</b>	<b>545</b>			<b>19,64</b>	<b>18,38</b>	<b>68,73</b>	<b>555</b>



Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация	№ рецептуры	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность
<b>2 день 2 недели</b>							
<b>Завтрак</b>							
Пудинг из творога, запеченный с изюмом, с молоком стухенным	170	2016	240	13,74	14,78	35,90	324
Батон нарезной из муки высшего сорта	25	АКП	1	1,93	0,75	12,53	65
Чай с лимоном и сахаром	200	2016	423	0,18	0,04	10,14	42
Фрукт (яблоко)	150	2016	403	0,20	0,40	8,80	44
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>545</b>			<b>16,05</b>	<b>15,97</b>	<b>67,37</b>	<b>475</b>

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал.
<b>Завтрак</b>							
ручек из филе цыпленка	50	2016	315	7,15	4,16	7,32	113
припущенный	180	2008	323	3,76	5,09	29,40	186
ли	45	АКП	6	3,33	7,05	13,40	104
с сахаром	200	2016	420	0,14	0,04	10,02	42
из нарезной из муки высшего сорта с микроэлементами	25	АКП	1	1,93	0,75	12,53	65
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>			<b>16,31</b>	<b>17,09</b>	<b>72,67</b>	<b>510</b>

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетич. ценность,
<b>4 день 2 недели</b>							
<b>Завтрак</b>							
Каша гречневая молочная с маслом сливочным	180	2017	183	8,35	5,68	31,14	245
Сыр	15	2008	14	3,95	3,99	0	52
Какао на молоке	200	2016	421	3,86	3,84	14,70	108
Йогурт в индивидуальной упаковке, м.д.ж. 2,5%	125	АКП	3	3,10	2,50	18,00	107
Баттон нарезной из муки высшего сорта	25	АКП	1	1,93	0,75	12,53	65
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>545</b>			<b>21,19</b>	<b>16,76</b>	<b>76,37</b>	<b>577</b>

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация	№ рецептуры	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал.
<b>5 день 2 недели</b>							
<b>Завтрак</b>							
гели с соусом	100	2017	546	10,88	10,32	11,74	171
аронные изделия отварные	150	2008	331	2,64	4,80	28,00	184
с лимоном и сахаром	200	2016	423	0,18	0,04	10,14	42
кг (мандарин)	130	2016	399	0,80	0,20	7,50	39
он нарезной из муки высшего сорта	25	АКП	1	1,93	0,75	12,53	65
<b>го за прием пищи:</b>	<b>605</b>			<b>16,43</b>	<b>16,11</b>	<b>69,91</b>	<b>501</b>

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация	№ рецептуры	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность
<b>6 день 2 недели</b>							
<b>Завтрак</b>							
Каша овсяная молочная с маслом сливочным	180	2008	189	5,28	8,10	25,32	214
Бутерброд с сыром	40	2008	4	5,88	6,14	12,53	117
Чай с молоком, сахаром	200	2016	421	1,14	0,84	12,02	56
Йогурт в индивидуальной упаковке, м.д.ж. 2,5%	125	АКП	3	3,10	2,50	18,00	107
Батон нарезной из муки высшего сорта	25	АКП	1	1,93	0,75	12,53	65
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>570</b>			<b>17,33</b>	<b>18,33</b>	<b>80,40</b>	<b>559</b>

зники рецептов:

зник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций.  
РНИК ТЕХНИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ. ФГАУ НЦЗД МИНЗДРАВА РОССИИ, НИИ ГИОЗДИП, НП СРО «АПСПСОЗ» — М.: Издатель Научный центр здоровья  
й, 2016. — с. Под редакцией член-корр. РАН, д.м.н., профессора В.Р. Кучмы.

рник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с., под  
кцией Куткиной М.Н.

рник технических нормативов - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А.  
ельяна. -М.: ДеЛи плюс, 2017.-544 с.

П - Реестр технологических карт на блюда и кулинарные изделия, составленные на основании Акта контрольной проработки.

ход порций готовых блюд соответствует СанПиН 2.3-2.4.3590-20.

тускаются отклонения в случае сбоя поставки в наименованиях по фруктам, джемам, напиткам, сезонные замены овощей и фруктов.