

Согласовано:

Начальник Центрального
Территориального отдела
Управления Роспотребнадзора
По Пермскому краю
А.Б. Казаков



« _____ » _____ 2015г.

Утверждаю:

Директор МОУ
Усть-Качкинской СОШ
Т.Г. Байдина



« _____ » _____ 2015 г.

Примерное десятидневное меню на учебный год для школьников 7-10 лет
на зимне-весенний период



КОПИЯ ВЕРНА
ДИРЕКТОР ШКОЛЫ
Т.Г. БАЙДИНА

Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений 2008 г.

Примерное десятидневное меню на учебный год для школьников с 7 до 10 лет
Зимне-весенний сезон

Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений 2008 год.

№ реп	Наименование блюда	Перечень продуктов	Вес Брутто	Выход блюда	Пищевые вещества (Г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные в-ва			
					Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Первый день																
Завтрак																
14	Каша рисовая молочная	Крупа рисовая	30,8	200	5,54	8,62	32,40	229,40	0,10	1,54	0,05	0,18	143,40	151,80	31,60	0,44
		молоко	118													
		сахар	5													
		вода	58													
	масло сливочное	5														
300	Чай с сахаром	чай	1	200	0,10		15,00	60,00	0,00	0,00	0,00	0,00	11,00	3,00	1,00	0,30
		сахар	15													
363	сыр твердый порциями	сыр	20,5	20	5,12	5,22	0,00	68,60	0,01	0,14	0,05	0,10	180,00	118,00	10,00	0,18
	Батон нарезной	батон нарезной	50	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,06	0,00	0,00	0,85	9,50	32,50	6,50	0,60
Итого завтрак					14,51	15,29	73,10	489,00	0,17	1,68	0,10	1,13	343,90	305,30	49,10	1,52
в процентном соотношении завтрак								13%								

Первый день																
Обед																
246	Огурец свежий	огурцы свежие	61	60	0,40	0,05	1,25	7,00	0,03	12,50	0,00	0,05	11,50	21,00	7,00	0,30
63	Щи из свежей капусты с картофелем	капуста белокочанная	62,5	250/10	1,75	4,98	7,78	83,00	0,07	18,48	0	2,39	34	47,5	22,25	0,8
		картофель	40													
		морковь	15,75													
		лук репчатый	12													
		томат-паста	2,5													
		масло растительное	5													
		бульон или вода	200													
		соль	0,75													
сметана	10															
200	Тефтели из говядины паровые	говядина I категории	67	80	13,80	12,70	8,70	204,00	0,06	2,50	0,02	0,50	19,00	153,00	21,00	2,20
		хлеб пшеничный	9,4													
		вода	14													
		масло сливочное	2,3													
		лук репчатый	27													

