



УТВЕРЖДЕНО и.о. директора  
/Чазова Н.М./

Меню на осенне-зимний период 2023-2024 учебного года (7-11 лет)

№ п/п	прием пищи	наименование блюд	вес блюд	пищевые вещества			энергетическая ценность	Единый сборник нормативов рецептур изделий 2021г	технологических блюд кулинарных рецептур 2008 год
				белки	жиры	углеводы			
1	день 1	салат из свежих огурцов	100	0,70	6,00	1,08	38,40	14	
		суп крестьянский с крупой	250	2,31	7,74	15,43	140,59	51	Сборник технологич. нормативов рецептур 2008 год
		котлета из говядины	90	15,84	11,07	13,50	218,70	339	
		рожки отварные	150	5,55	4,95	29,55	184,50	256	
		компот из сухофруктов	200	0,60	0,10	27,89	113,79	283	Сборник технологич. нормативов рецептур 2008 год
		хлеб "Дарнинский"	30	1,98	0,30	12,30	61,80		
		хлеб высший сорт	30	2,31	0,24	14,85	72,30		
		<b>итого</b>	<b>850</b>	<b>29,29</b>	<b>30,4</b>	<b>114,6</b>	<b>830,08</b>		
2	день 2	салат картофельный с зеленым горошком	100	2,50	6,30	8,30	100,00	31	Сборник технологич. нормативов рецептур 2008 год
		суп свекольник	250	2,40	4,70	10,25	93,00	43	Сборник технологич. нормативов рецептур 2008 год
		рыба припущенная в молоке	100	13,80	8,20	3,00	145,70	165	Сборник технологич. нормативов рецептур 2008 год
		пюре картофельное	150	4,05	6,00	8,70	105,00	377	
		Компот из сухофруктов	200	0,60	0,00	27,89	113,79	283	Сборник технологич. нормативов рецептур 2008 год
		хлеб "Дарнинский"	30	1,98	0,30	12,30	61,80		







	хлеб высший сорт	30	2,31	0,24	14,85	72,30		
	итого	<b>850,00</b>	<b>38,74</b>	<b>29,64</b>	<b>103,89</b>	<b>840,29</b>		
6	день 6	100	1,45	6,00	8,40	94,00		1
	салат из капусты белокачанной							47 Сборник технологич. нормативов рецептур 2008 год
	суп с макаронными изделиями	250	2,90	3,32	21,76	124,10		193
	плов с говядиной	200	22,54	20,69	33,71	418,37		Сборник технологич. нормативов рецептур 2008 год
	компот из сухофруктов	200	0,60	0,00	27,89	113,79		283 Сборник технологич. нормативов рецептур 2008 год
	хлеб "Дарнинский"	30	1,98	0,30	12,30	61,80		
	хлеб высший сорт	30	2,31	0,24	14,85	72,30		
	итого	<b>810,00</b>	<b>31,78</b>	<b>30,55</b>	<b>118,91</b>	<b>884,36</b>		
7	день 7	100	1,00	6,10	4,30	76,00		20
	салат из свежих помидор с перцем							37 Сборник технологич. нормативов рецептур 2008 год
	борщ с св. капустой и картофелем	250	1,90	6,68	10,81	111,11		169 Сборник технологич. нормативов рецептур 2008 год
	рыба, запеченная с картофелем по -русски	240	19,09	8,20	26,54	301,00		283 Сборник технологич. нормативов рецептур 2008 год
	компот из сухофруктов	200	0,60	0,10	27,89	113,79		
	хлеб "Дарнинский"	30	1,98	0,30	12,30	61,80		
	хлеб высший сорт	30	2,31	0,24	14,85	72,30		
	итого	<b>850,00</b>	<b>26,88</b>	<b>21,62</b>	<b>96,69</b>	<b>736,00</b>		
8	день 8	100	1,60	6,20	6,60	88,00		47
	винегрет овощной							62 Сборник технологич. нормативов рецептур 2008 год
	Щи со свежей капустой	250	3,23	9,78	11,40	142,94		350
	тефтели "ежики" из говядины с рисом	90	9,45	7,31	10,91	147,38		208
	каша ячневая рассыпчатая	150	4,62	4,76	30,00	181,30		



