«Согласовано»
Директор
МОБУ СОШ № 6

_____О.В. Муразян

«___» _____2022г

« Утверждаю »
Директор
ООО «Таганрогское школьное питание»

_____С.В. Орехова

«04» 09 2022г

Примерное десятидневное меню
бесплатного горячего питания
детей 1 - 4 классов
с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов
на сентябрь –декабрь 2022г.
стоимостью 12 рублей 54 копейки

г. Таганрог
2022г

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (г)			Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1 неделя	**1 день**												
	Завтрак												
	Булочка "Школьная с крошкой"	1/60	9,24	18,34	17,5	220,26	0,11	0,09	0	14,88	71,75	14,7	0,98
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,98	60,00	0,00	0,10		4,95	8,24	4,40	0,86
	Итого:		***9,31***	***18,36***	***29,48***	***280,26***	***0,11***	***0,19***	***0***	***19,83***	***79,99***	***19,1***	***1,84***
	2 день												
	Завтрак												
	Пирожок "Волгодонской" с повидлом	1/60	6,90	4,04	18,30	165,00	0,06	0,00	0,00	7,75	10,60	4,95	0,85
376	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	10,78	54,00	0,00	0,10		4,95	8,24	4,40	0,86
	Итого:		***6,96***	***4,06***	***29,08***	***219,00***	***0,06***	***0,10***	***0,00***	***12,70***	***18,84***	***9,35***	***1,71***
	3 день												
	Завтрак												
426	Булка Ленинградская	1/85	6,60	14,36	41,13	320,00	0,16		0,04	21,30	28,20	1,36	76,80
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,98	60,00	0,00	0,10		4,95	8,24	4,40	0,86
	Итого:		***6,67***	***14,38***	***53,11***	***380,00***	***0,16***	***0,10***	***0,04***	***26,25***	***36,44***	***5,76***	***77,66***
	4 день												
	Завтрак												
733	Оладьи с молоком сгущенным	75/20	1,90	3,90	15,40	101,05	0,10	28,50	0,00	7,60	47,50	14,30	1,10
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,98	60,00	0,00	0,10	0,00	4,95	8,24	4,40	0,86
	Итого:		***1,97***	***3,92***	***27,38***	***161,05***	***0,10***	***28,60***	***0,00***	***12,55***	***55,74***	***18,70***	***1,96***

	5 день												
	Завтрак												
	Булочка "Маковка"	1/70	11,52	7,32	92,18	295,72	0,14	0,11	0,00	18,40	88,70	22,72	1,51
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,98	60,00	0,00	0,10	0,00	4,95	8,24	4,40	0,86
	Итого:		***11,59***	***7,34***	***104,16***	***355,72***	***0,14***	***0,21***	***0,00***	***23,35***	***96,94***	***27,12***	***2,37***
2 неделя	**1 день**												
	Завтрак												
	Булочка "Школьная с крошкой"	1/60	9,24	18,34	17,5	220,26	0,11	0,09	0	14,88	71,75	14,7	0,98
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,98	60,00	0,00	0,10		4,95	8,24	4,40	0,86
	Итого:		***9,31***	***18,36***	***29,48***	***280,26***	***0,11***	***0,19***	***0***	***19,83***	***79,99***	***19,1***	***1,84***
	2 день												
	Завтрак												
	Пирожок "Волгодонской" с повидлом	1/60	6,90	4,04	18,30	165,00	0,06	0,00	0,00	7,75	10,60	4,95	0,85
376	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	10,78	54,00	0,00	0,10		4,95	8,24	4,40	0,86
	Итого:		***6,96***	***4,06***	***29,08***	***219,00***	***0,06***	***0,10***	***0,00***	***12,70***	***18,84***	***9,35***	***1,71***
	3 день												
	Завтрак												
426	Булка Ленинградская	1/85	6,60	14,36	41,13	320,00	0,16		0,04	21,30	28,20	1,36	76,80
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,98	60,00	0,00	0,10		4,95	8,24	4,40	0,86
	Итого:		***6,67***	***14,38***	***53,11***	***380,00***	***0,16***	***0,10***	***0,04***	***26,25***	***36,44***	***5,76***	***77,66***
	4 день												
	Завтрак												
733	Оладьи с молоком сгущенным	75/20	1,90	3,90	15,40	101,05	0,10	28,50	0,00	7,60	47,50	14,30	1,10
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,98	60,00	0,00	0,10	0,00	4,95	8,24	4,40	0,86
	Итого:		***1,97***	***3,92***	***27,38***	***161,05***	***0,10***	***28,60***	***0,00***	***12,55***	***55,74***	***18,70***	***1,96***

	5 день												
	Завтрак												
	Булочка "Маковка"	1/70	11,52	7,32	92,18	295,72	0,14	0,11	0,00	18,40	88,70	22,72	1,51
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,98	60,00	0,00	0,10	0,00	4,95	8,24	4,40	0,86
	Итого:		***11,59***	***7,34***	***104,16***	***355,72***	***0,14***	***0,21***	***0,00***	***23,35***	***96,94***	***27,12***	***2,37***

Основание: сборник рецептур блюд на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под редакцией Могильного М.П. 2011г., сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания под редакцией Ф.Л. Марчука 1996г., сборник рецептур

Основание: сборник рецептур блюд на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под редакцией Могильного М.П. 2011г., сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания под редакцией Ф.Л. Марчука 1996г., сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах под редакцией В.Т. Лапшиной 2004г.

Технолог _____ Л.В. Серебрянская