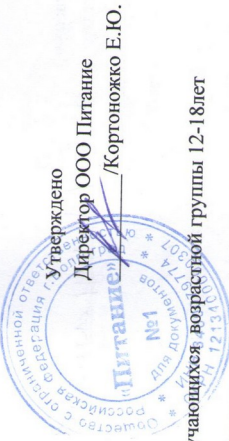


Согласовано:
Директор



Утверждено
Директор ООО Питание
/Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал	Витамины (мг) с
			Б	Ж	У		
1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12,-18
Вариант 1							
Завтрак							
101/2004л	икра кабачковая консервированная	100	1,626	1,6	10,26	104	0
271/331/2017м	котлеты домашние с соусом	100,0	7,81	12,28	10,62	180,00	0,00
331/2017	соус	20,0					
203/2017м	макаронны отварные с маслом	180,0	6,87	7,28	38,37	246,60	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00
376/2017м	чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0,3
	Итого	630,0	18,69	21,90	90,27	670,40	0,30
	Норма завтрака по СанПин 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	

Согласовано: *Ирина Николаевна С.М.*
 Директор

Утверждено
 Директор ООО Питание
 Кортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда		Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)
		12-18 лет	12-18 лет	Б	Ж	У		
1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12,-18

Вариант 2

Завтрак

70/71/2017м	овощи по сезону (огурец свежий; соленый)	100	0,08	0,1	1,9	12	4,083
246/2017м	сушки из отварной говядины	100	13,36	14,08	3,27	164,00	1,20
171/2017м	гречка рассыпчатая	180	10,62	11,46	47,83	335,99	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	207	0,13	0,02	15,2	62	0,3
	Итого	617,0	26,5	26,4	84,2	653,8	5,6
	Норма завтрака по СанПин 20%/-25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	



Согласовано: *И.И. Коздрин*
 Директор



Утверждено
 Директор ООО Питание
 Коргоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечением горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/g			Энергет. ценность ккал 12-18 лет	Витамины (мг) с 12-18
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет		
1	2						
Вариант 3							
Завтрак							
52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	100	1,4	6	8,26	92,8	6,65
291/2017м	яблоко из птицы	50/150	16,89	9,86	34,09	302,66	4,50
376/2017м	чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0,3
701	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	0,00
338/2017м	фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	Итого	650	22,61	17,46	84,05	635,46	21,45
	Норма завтрака по СанПиН 209%-25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	

Согласовано:
 Утверждено
 Директор ООО Питание
 /Коргоножко Е.Ю.



Согласовано:
 Директор *К. Губ / Коргоножко Е.Ю.*



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ реч. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г			Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		
1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет

Вариант 4

Завтрак

15/2017м	сыр порциями	10	2,32	2,95	0	36	0,07
279/331/2017м	тефтели говядины с рисом соусом	100	8,29	9,21	10,48	157,77	0,45
331/2017	соус	20,0					
171/2017м	каша ячневая рассыпчатый	180	5,56	9,34	39,49	263,40	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	0,00
378/2017м	чай с молоком	200	1,52	1,35	15,9	81	1,33
	Итого	560,0	21,54	24,05	92,57	671,17	1,85
	Норма завтрака по СанПиН 20%±25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	

Согласовано:
 Директор *И.И.И.*

Утверждено
 Директор ООО Питание
 Жортоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал 12-18 лет	Витамины (мг) с 12-18
			Б 12-18 лет	Ж 12-18 лет	У 12-18 лет		
1	2						

Вариант 5

Завтрак

101/2004л	овощи консервированные (зеленый горошек)	100	2,25	0,30	13,20	64,20	1,05
229/2017м	рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	100	9,75	4,95	3,80	105,00	0,70
310/2017м	картофель отварной	180	3,6	0,72	28,44	134,65	26,1
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	0,00
382/2017м	молоко с сахаром	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,3
	Итого	630	23,93	11,11	99,52	602,45	38,15
	Норма завтрака по СанПиН 20%± 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	



Согласовано: Иван Иванов
 Утверждено: Иван Иванов
 Директор: Иван Иванов
 Директор, ООО Питание
 Коргоножко Е.Ю.

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ реч. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		
1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет

Вариант 6

Завтрак

70/71/2017м	овощи свежие (помидор свежий; соленый)	100	1,1	0,2	3,6	22	14,58
295/332/2017м	Булочки , котлеты куриные с соусом сметанным с луком	100	10,18	11,33	7,07	147,85	1,5
332/2017м	соус сметанный с луком томатом	20					
203/2017м	макаронны отварные с маслом	180,0	6,87	7,28	38,37	246,60	0,00
338/2017м	фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
376/2017м	чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0,3
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	0,00
	Итого	750,0	22,47	20,43	100,54	656,45	26,38
	Норма завтрака по СанПит	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	

Согласовано:
 Директор *В.А. Зенченко*



Утверждено
 Директор ООО Питание
 Кортоножко Е.Ю.



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся - возрастной группы 12-18 лет

№ респ. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		
1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет

Вариант 7

Завтрак

7071/2017м	овощи по сезону (огурец свежий; соленый)	100	0,8	0,08	1,36	10	3,5
291/2017м	яблоко из птицы	50/150	16,89	9,86	34,09	302,66	4,50
377/2017м	чай с сахаром и лимоном	207	0,13	0,02	15,2	62	0,3
701/2017м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	0,00
п.т	печенье топленое молоко	30	4,35	16,95	15,6	117	
	Итого	510	26,02	28,11	92,95	624,66	8,30
	Норма завтрака по СанПиН 20%- 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	

Согласовано:
 Директор *А.И. Клепаченко*



Утверждено
 Директор ООО Питание
 /Коргоножко Е.Ю.



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		
1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет

Вариант 8

Завтрак

52/2017м	свекла отварная с растительным маслом	100	1,4	6	8,26	92,8	6,65
255/2017м	печень по строголовски	100	13,26	11,23	3,52	185,00	7,64
171/2017м	гречка рассыпчатая	180	10,62	11,46	47,83	335,99	0,00
701/2017м	хлеб пшеничный	30	2,31	0,72	16,02	79,80	0,00
376/2017м	чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0,3
	Итого	610	27,66	29,43	90,63	753,59	14,59
	Норма завтрака по СанПин 20%± 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	

Согласовано:

Директор *В.И. Касурамов*



Утверждено
Директор ООО Питание
Жортоножко Е.Ю.



10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ ред. по сбор.	Наименование блюд	вес блюд		Пищевые вещества/g			Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)
		12-18 лет	12-18 лет	Б	Ж	У		
1	2							12-18

Вариан 9

Завтрак

15/2017м	сыр порциями	10	2,32	2,95	0	36	0,07
14/2017м	масло порциями	10	0,8	7,25	0,13	66	0,04
120/2017м	сух молочный с макаронными изделиями	300	6,56	5,70	21,54	180,00	0,82
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	0,00
382/2017м	какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,3
	Итого	670,0	18,0	21,0	75,8	580,6	11,2
	Норма завтрака по СанПин 20%± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	



Утверждено
 Директор ООО Питание
 /Кортоножко Е.Ю.

Согласовано:
 Директор: *Иванов С.И.*

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 12-18 лет

№ рещ. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 12-18 лет	Пищевые вещества/г			Энергет. ценность ккал	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		
1	2	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет

Вариант 10

Завтрак

271/331/2017м	котлеты домашние с соусом	100,0	7,81	12,28	10,62	180,00	0,00
331/2017	соус	20,0					
203/2017м	макароны отварные с маслом	180,0	6,87	7,28	38,37	246,60	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	50	3,85	1,20	26,70	133,00	0,00
376/2017м	чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0,3
338/2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	Итого	650	19,00	21,18	100,49	666,60	10,30
	Норма завтрака по СанПиН	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680	
	Всего за 10 дней	6277,0	226,43	221,09	910,99	6 515,17	138,13
	Средний суточный рацион	627,7	22,64	22,11	91,10	651,52	13,81

Норма завтрака по СанПиН	20%– 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
--------------------------	---------------	-----	---------	-------	------------	---------

Норма завтрака по СанПиН	20%– 25% ± 5%	550	18-22,5	18-23	76,6-95,75	544-680
--------------------------	---------------	-----	---------	-------	------------	---------