

Утверждаю

Директор

Приказ №



ОТ

В.И. Архипкина

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Корневская средняя общеобразовательная школа» Скопинского муниципального района Рязанской области.

Примерное десятидневное меню (группа продленного дня, льготники)

1 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Масса порции	Б	Ж	У	Калл
Каша молочная пшенная	173	200	8	11,2	44,2	312
Сыр порциями	15	15	4,50	5,1	6,25	65,3
Чай	376	200	0,07	0,02	15	60
Хлеб пшеничный	пр	60	2,28	0,23	14,76	69,3
Хлеб ржаной	пр	40	4,8	0,6	16,7	98,05
Всего			19,65	17,15	96,91	604,65

2 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Масса порции	Б	Ж	У	Калл
Суп молочный вермишелевый	133	250	4,8	4,2	17,2	126
Масло порциями	14	15	0,16	7,25	0,13	66
Какао	382	200	4,08	3,54	17,58	118,6
Хлеб пшеничный	пр	60	2,28	0,23	14,76	69,3
Хлеб ржаной	пр	40	4,8	0,6	16,7	98,05
Всего			16,12	15,82	66,37	477,95

3 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Масса порции	Б	Ж	У	Калл
Каша молочная гречневая	302	200	3,97	4,34	17,8	126,1
Кондитерское изделия	тк	30	2,25	4,8	20,7	135
Кофейный напиток	379	200	2,8	3,2	14,8	100
Хлеб пшеничный	пр	60	2,28	0,23	14,76	69,3
Хлеб ржаной	пр	40	4,8	0,6	16,7	98,05
Всего			16,1	13,17	84,76	528,45

4 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Масса порции	Б	Ж	У	Калл
Каша молочная геркулесовая	173	200	8,11	12,81	36,73	295,76
Сыр порциями	15	15	4,50	5,1	6,25	65,3
Компот из с/ф	342	200	0,16	0,16	27,88	114,6
Хлеб пшеничный	пр	60	2,28	0,23	14,76	69,3
Хлеб ржаной	пр	40	4,8	0,6	16,7	98,05
Всего			19,85	18,9	102,32	643,01

5 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Масса порции	Б	Ж	У	Калл
Каша молочная манная	143	200	7,98	10,28	31,29	263,5
Масло порциями	14	15	0,16	7,25	0,13	66
Чай с лимоном	377	200	0,13	0,02	15,2	62
Хлеб пшеничный	пр	60	2,28	0,23	14,76	69,3
Хлеб ржаной	пр	40	4,8	0,6	16,7	98,05
Всего			19,65	17,15	96,91	604,65

6 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Масса порции	Б	Ж	У	Калл
Каша молочная рисовая	182	200	7,51	10,39	35,12	278
Кондитерское изделия	тк	30	2,25	4,8	20,7	135
Кисель	тк	200	0,1		29,2	110,4
Хлеб пшеничный	пр	60	2,28	0,23	14,76	69,3
Хлеб ржаной	пр	40	4,8	0,6	16,7	98,05
Всего			16,94	16,02	116,48	690,75

7 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Масса порции	Б	Ж	У	Калл
Макароны отварные	тк	200	5,6	11,77	26,57	234,45
Печень тушеная	65	100	24,27	10,6		192,47
Кофейный напиток	379	200	2,8	3,2	14,8	100
Хлеб пшеничный	пр	60	2,28	0,23	14,76	69,3
Хлеб ржаной	пр	40	4,8	0,6	16,7	98,05
Всего			39,75	26,4	99,23	694,27

8 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Масса порции	Б	Ж	У	Калл
Каша молочная пшенная	173	200	8	11,2	44,2	312
Сыр порциями	15	15	4,50	5,1	6,25	65,3
Напиток из шиповника	388	200	0,68	0,28	20,76	88,2
Хлеб пшеничный	пр	60	2,28	0,23	14,76	69,3
Хлеб ржаной	пр	40	4,8	0,6	16,7	98,05
Всего			20,26	17,41	102,67	632,85

9 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Масса порции	Б	Ж	У	Калл
Каша гречневая рассыпчатая	39	200	7,89	2,07	41,37	205,1
Гуляш из птицы	102	100	17,65	14,58	4,7	221
Какао	382	200	4,08	3,54	17,58	118,6
Хлеб пшеничный	пр	60	2,28	0,23	14,76	69,3
Хлеб ржаной	пр	40	4,8	0,6	16,7	98,05
Всего			36,7	21,02	95,11	712,05

10 день

Наименование блюда	№ рецептуры	Масса порции	Б	Ж	У	Калл
Рис отварной	304	200	3,73	12,62	36,76	275,7
Рыба тушеная	229	100	9,75	4,95	3,7	221
Кисель	тк	200	0,1		29,2	110,4
Хлеб пшеничный	пр	60	2,28	0,23	14,76	69,3
Хлеб ржаной	пр	40	4,8	0,6	16,7	98,05
Всего			20,66	18,4	101,12	774,45

<u>Всего за 10 дней</u>			<u>225,68</u>	<u>181,44</u>	<u>961,88</u>	<u>6363,08</u>