согласовано:

Директор образовательного учреждени

УТВЕРЖДАЮ:

ООО"Комбинат общественного питания"

Козырева О.Ю.

бжение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: Крас	ноуфимск ШУ Комписко 7-1111/282 р	Е // Неделя: 1			День:	понедельник	
	обранием тородского в при теренти проделения при теренти при тере		Пи	Пищевые вещества			Nº
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептуры
Завтрак				•			
	Бутерброд с повидлом	30	1,63	1	11,6	77,6	1 046
	Каша пшенная молочная вязкая с маслом сливочным	160	11,03	12	34,2	287,2	302
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188
	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	8,03	42,6	897
	Фрукт (яблоко)	110	0,44		10,78	51,7	976,03
Итого за Завт	грак	515	14,71	14	80,61	522,9	
Обед							
	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	60	1,05	3	5,95	56,6	818
	Суп-пюре овощной	200	2,02	4	12,62	118	1 016
	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40	943
	Птица, тушенная в соусе красном с овощами @	90	16,86	21	8,41	208,3	1 022
	Рис припущенный	150	3,05	3	25,01	225,5	512
	Чай с лимоном_@	200	0,06		15,16	59,9	686
	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8	897
Итого за Обе	Д	730	26,48	32	85,66	765,1	
Итого за ден	b	1 245	41,19	46	166,27	1288	

Итого за ден	Ь	1 245	41,19	46	166,27	1288	
	сноуфимск ШУ Комплекс 7-11л 282 р	Неделя: 1			День:	вторник	(лист 2
Памата	Hamana France	Dec Sales	Пи	щевые веще	ства	Энерге-	Nº
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда –	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептуры
Завтрак					when a management and a second		Manual Company of the
	Печенье детское (конд изд)	40	5,94	8	41,8	325,6	1 141
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,47	3	38,71	212,7	516
	Тефтели из мяса птицы с луком	70	15,52	3	7,58	164,8	1 085
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188
	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8	1 148
Self-reserve and a second control of the sec	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8	897
Итого за Зав	трак	500	31,77	16	124,49	877,5	
Обед							
	Салат из отварной свеклы с яблоками с маслом растительным	60	0,68	2	5,48	42,8	839
	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	3,03	6	13,87	118	1 021
	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8	1 052
	Биточек из курицы	90	15,06	17	13,9	173,7	255
	Соус томатный	10	0,06		0,58	5,6	1 126
	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	10	39,85	240,8	998
	Компот из свежих яблок	200	0,16		23,88	99,1	912
	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8	897
Итого за Обе	Д	735	29,83	37	108,3	748,6	
Итого за ден	Ь	1 235	61,6	53	232,79	1626,1	

Рацион: Крас	сноуфимск ШУ Комплекс 7-11л 282 р	Неделя: 1			День:	среда	V-A SSPERMENT
		D 5	Пи	щевые веще	ства	Энерге-	Nº
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептуры
Завтрак				1.5	-	1 21	
	Маффин ванильный	40	2,87	9	23,34	189,6	1 633,33
	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	230	10,47	12	36,44	236,5	235,05
	Чай с лимоном_@	200	0,06		15,16	59,9	686
	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	85,2	897
Итого за Зав	трак	500	16,61	22	90,99	571,2	
Обед							
	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом, горошком и растительным маслом, Степной	60	0,84		4,38	22,3	25
	Суп-пюре из гороха	200	6,17	2	18,1	108,3	1 049
	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40	943
	Биточек из курицы	90	15,06	17	13,9	173,7	255
	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02	23,7	600,01
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,47	3	38,71	212,7	516
	Кисель витаминизированный	200	0,05		38	92,5	1 318
	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	40,4	1 148
	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	8,03	42,6	897
Итого за Обе	PA .	770	33,2	25	138,23	756,2	
Итого за ден		1 270	49,81	47	229,22	1327,4	

(лист 4) Рацион: Красноуфимск ШУ Комплекс 7-11л 282 р Неделя: 1 День: четверг Пищевые вещества Энерге-Nº Вес блюда Прием пищи Наименование блюда тическая рецептуры Белки Жиры Углеводы ценность Завтрак 3,9 373,6 Огурцы соленые 30 0,24 0,51 1 006 14,71 190 18 44,5 1 075 Плов с мясом птицы Чай с сахаром 200 16 63,8 1 188 Хлеб ржаной 25 2,12 1 12,12 67,2 1 148 Хлеб пшеничный 25 2,67 13,37 71 897 Итого за Завтрак Обед 19,74 20 470 86,5 579,5 Рассольник ленинградский со 200 2,11 5 15,82 110,4 1 030 сметаной Мясо кур отварное (для первых блюд) 5 1,15 1 0,04 11,8 1 052 Котлета из мяса кур Школьная 90 1,13 0,76 18,9 1 057 1 30 0,42 2 2,02 23,7 600,01 Соус сметанный с томатом 27,17 3,31 8 210 Пюре картофельное 150 995 200 22.4 95 707 Сок натуральный 1,61 Хлеб пшеничный 15 1 8,03 42,6 897 15 1,28 7,28 40,4 1 148 Хлеб ржаной Итого за Обед 705 11,01 18 83,52 552,8 1 175 30,75 170,02 38 1132,3 Итого за день

(лист 5)

Рацион: кра	сноуфимск ШУ Комплекс 7-11л 282 р	Неделя: 1			День:	пятница	
Прием пищи	Наименование блюда	Dan Kausa	Пи	щевые веще	ства	Энерге-	Nº
прием пищи	паименование олюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы		рецептуры
Завтрак							L
	Маффин шоколадный ®	40	1,56	12	25	40	450,02
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,47	3	38,71	212,7	516
	Чай с сахаром	200			16	63.8	1 188
	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	8,03		897
	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28		1 148
Итого за Зав	грак	420	10,92	16	95,02	399,5	
Обед							
	Гуляш из мяса свинины_@	70	7,84	20	2,7	168,1	437,06
	Винегрет овощной с соленым огурцом	60	1,44	4	5,83	67,7	951
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,52	4	7,36	109,7	124
	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8	1 052
	Фрикасе из мяса птицы со сметанным соусом_@	90	16,45	5	2,98	122,7	1 296,01
	Рис припущенный	150	3,05	3	25,01	225,5	512
	Напиток Ягодка 200	200	0,12		14,85	THE RESIDENCE OF THE PARTY OF T	930
	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	The state of the s	897
Итого за Обе	Д	795	33,71	38	69,47		
Итого за ден і	3	1 215	44,63	54	164,49	THE RESERVE OF THE PERSON NAMED IN COLUMN 2 IS NOT THE OWNER.	***************************************

Рацион: Кра	сноуфимск ШУ Комплекс 7-11л 282 р	Неделя: 1			День:	суббота	(лист 6
Прист. пини			Пи	щевые веще	ства	Энерге-	Nº
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда -	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептуры
Завтрак						L	
	Бутерброд с сыром	40	5,58	5	13,71	118,3	810
	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	200	6,73	9	28,79	221,4	850
	Кофейный напиток с молоком	200	4,84	6	14,38	152	1 110
P	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8	1 148
Итого за Зав	трак	460	18,85	21	66,58	545,5	
Обед	Рассольник домашний со сметаной	200	1,91	5	12,79	92,4	1 175
	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8	1 052
	Гуляш из курицы_@	90	16,94	6	5,93	229,8	1 024
	Пюре гороховое с морковью	150	13	4	33,12	259,8	1 189
	Чай с сахаром	200	2010/00/00/00/00/00/00/00/00/00/00/00/00/		16	63,8	1 188
	Хлеб пшеничный	25	2,67	1	13,37	71	897
NAMES OF THE PARTY	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8	1 148
Итого за Обе	Д	690	37,37	18	90,95	782,4	
Итого за ден	Ь	1 150	56.22	39	157 53	1327 9	

Рацион: Крас	сноуфимск ШУ Комплекс 7-11л 282 р	Неделя: 2			День:	понедельник	
		Вес блюда	Пи	Пищевые вещества			Nº
Прием пищи	Наименование блюда	вес олюда	Белки	Жиры	Углеводы	лонедельник Энерге- тическая ценность 77,6 166,6 63,8 53,8 51,7 413,5 56,6 118 20 469,7 101,7 56,8 40,4 863,2 1276,7	рецептуры
Завтрак							
V2004-03-401-4010-0. ■ V401-1-04-00-0.	Бутерброд с повидлом	30	1,63	1	11,6	77,6	1 046
	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	140	6,74	6	22,42	166,6	851
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188
	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8	1 148
	Фрукт (яблоко)	110	0,44		10,78	51,7	976,03
Итого за Зав		500	10,51	8	70,5	413,5	
Обед							
37.5	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	60	1,05	3	5,95	56,6	818
	Суп-пюре овощной	200	2,02	4	12,62	118	1 016
	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,65		3,9	20	943
	Плов со свининой	200	12,76	24	46,92	469,7	1 018
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7	928
	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8	897
	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	40,4	1 148
Итого за Обе		700	20,25	32	111,73	863,2	
Итого за ден		1 200	30,76	40	182,23	1276,7	
					-		(лист

Рацион: Красноуфимск ШУ Комплекс 7-11л 282 р Неделя: 2 День: вторник Энерге-Пищевые вещества No Вес блюда тическая Прием пищи Наименование блюда рецептуры Углеводы Жиры Белки ценность Завтрак 60 12,99 8,75 119.7 1 150 3 Котлета из мяса кур 600,01 Соус сметанный с томатом 30 0,42 2 2,02 23,7 168 995 21,74 120 2,65 Пюре картофельное 200 16 63,8 1 188 Чай с сахаром 10,7 56,8 2,14 1 897 Хлеб пшеничный 20 20 1,7 1 9,7 53,8 1 148 Хлеб ржаной 19,9 14 68,91 485,8 Итого за Завтрак 450 Обед 1,2 3 4,86 56,4 951 Винегрет овощной с соленым огурцом 50 Суп рыбный «Мозаика» 14,51 105,7 52 200 5,33 3 255 15,06 17 13,9 173,7 90 Биточек из курицы Макаронные изделия отварные с 150 6,47 3 38,71 212,7 516 маслом 0,23 16,67 67,6 969 Напиток цитрусовый 200 897 1 8,03 42,6 15 1,61 Хлеб пшеничный

1,28

31,18

51,08

27

41

7,28

103,96

172,87

40,4

699.1

1184,9

1 148

15

720

1 170

Хлеб ржаной

Итого за Обед

Итого за день

Рацион: Крас	сноуфимск ШУ Комплекс 7-11л 282 р	Неделя: 2			День:	среда	
Прием пищи	Наименование блюда	Poo 6 mon a	Пи	щевые веще	ства	Энерге-	Nº
прием пищи	Паименование олюда	Вес блюда -	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептуры
Завтрак							L
	Бутерброд с маслом и повидлом	40	1,76	4	21,19	117,2	815
	Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным	240	11,02	13	51,51	325,2	848
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188
	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	53,8	1 148
Итого за Зав [.]	трак	500	14,48	18	98,4	560	
Обед							
	Суп картофельный с бобовыми	200	4,7	4	17,18	133,3	139
	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8	1 052
	Биточек из курицы	90	15,06	17	13,9	173,7	255
	Соус сметанный с томатом	30	0,42	2	2,02	23,7	600,01
	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,55	10	39,85	240,8	998
	Чай с лимоном	200	0,09		20,26	79,8	483
	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	8,03	42,6	897
	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	40,4	1 148
Итого за Обе	Д	705	31,86	35	108,56	746,1	
Итого за дені	Ь	1 205	46,34	53	206,96	1306,1	

Рацион: Крас	сноуфимск ШУ Комплекс 7-11л 282 р	Неделя: 2	2		День:	четверг	(лист 10
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пи	щевые веще	ства	Энерге-	№ рецептуры
прием пищи	паименование олюда	Вес олюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	
Завтрак							
	Маффин ванильный®	40	5,48	4	6,36	103	806,13
	Рис припущенный	150	3,05	3	25,01	225,5	512
	Фигурки рыбные_@	50	7,32	11	3,62	139,6	1 699,05
	Чай с сахаром	200	MESON WALLE WALLE HAR CONVICTION OF		16	63,8	1 188
CHARLES DE CONTRACTOR DE LA CONTRACTOR DE CONTRACTOR DE CONTRACTOR DE CONTRACTOR DE CONTRACTOR DE CONTRACTOR D	Хлеб ржаной	30	2,55	1	14,55	80,7	1 148
Итого за Зав	грак	470	18,4	19	65,54	612,6	
Обед							•
	Салат из белокочанной капусты с маслом растительным	60	1,02	4	5,64	63,9	1 029
	Суп картофельный с клецками	200	2,14	2	16.6	97,2	1 113
	Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8	1 052
	Тефтели из мяса птицы с рисом	90	15,26	13	12,35	229,3	1 085,01
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	6,47	3	38,71	212,7	516
	Сок натуральный	200			22,4	95	707
	Хлеб пшеничный	15	1,61	1	8,03	42,6	897
	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	40,4	1 148
Итого за Обе	Д	735	28,93	24	111,05	792,9	***************************************
Итого за дені		1 205	47.33	43	176.59	1405.5	

Рацион: Крас	сноуфимск ШУ Комплекс 7-11л 282 р	Неделя: 2			День:	пятница	
-	Наименование блюда	Вес блюда	Пи	щевые веще	ства	Энерге- тическая	Nº
Прием пищи	паименование олюда	Вес олюда	Белки	Жиры	Углеводы	ценность	рецептурь
Завтрак		No.					
	Запеканка из творога с рисом	150	16,57	12	22,93	273,7	1 297
	Повидло	30	0,03		4,92	20,3	1 142
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188
	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	21,4	113,6	897
	Печенье детское (конд изд)	40	5,94	8	41,8	325,6	1 141
Итого за Зав	трак	460	26,82	22	107,05	797	
Обед							
	Салат Золушка	60	1,35	5	6,24	80,2	12 160,01
	Борщ с капустой, картофелем и	200	3,03	6	13,87	118	1 021
	сметаной Мясо кур отварное (для первых блюд)	5	1,15	1	0,04	11,8	1 052
	Жаркое по-домашнему из мяса	200	13,22	24	22,74	362,9	893,06
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188
	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8	897
	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	40,4	1 148
Итого за Обе		700	22,17	37	76,87	733,9	
Итого за ден		1 160	48,99	59	183,92	1530,9	

Рацион: Красноуфимск ШУ Комплекс 7-11л 282 р Неделя: 2 День: суббота Пищевые вещества Энерге-No Вес блюда тическая Наименование блюда Прием пищи рецептуры Белки Жиры Углеводы ценность Завтрак 2,93 7,57 72,6 3 25 4 Бутерброд с маслом сливочным и сыром 10,07 53,13 321,1 998 Каша гречневая рассыпчатая 200 14 5,41 117,7 1 085 50 11,08 2 Тефтели из мяса птицы с луком 200 16 63,8 1 188 Чай с сахаром 56,8 897 2,14 1 10,7 Хлеб пшеничный 20 Итого за Завтрак Обед 495 26,22 21 92,81 632 Суп картофельный со сметаной 200 2,14 3 16,22 104,1 84 1 052 0,04 11,8 1,15 Мясо кур отварное (для первых блюд) 5 10,08 25 3,47 216,1 437,06 90 Гуляш из мяса свинины_@ 150 3,31 8 27,17 210 995 Пюре картофельное 101,7 928 200 0,35 24,36 Компот из смеси сухофруктов 85,2 67,2 30 3,21 16,05 897 Хлеб пшеничный 25 1 148 2,12 1 12,12 Хлеб ржаной 700 22,36 39 99,43 796,1 Итого за Обед Итого за день 1428,1 1 195 48,58 60 192,24

Итого за период	14 425	557,28	573	2235,13	16056,8	
Среднее значение за период	1 202,1	46,4	47,8	186,3	1338,1	

Составил _____ Добрынина Е. В.