Директор МБОУ гимназия «Лаборатория Салахова»

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ
подпись Т.В. Кисель
расшифровка подписи
«05» 11

УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор АО
"Комбинат школьного питания"
Е.А. Горобченко

ОСНОВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ для учащихся "Лаборатория Салахова" 1-2 классы, посещающих ГПД (полдник)

Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	Т,мг	B1,мг	C,мг
1 Неделя															
1 День															
Полдник 7-11 лет															
Масло сливочное	ТТК 657	10	0,08	7,25	0,13	66,06	2,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Повидло в ассортименте	ТТК 663	30	0,12	0,00	19,50	75,45	4,20	0,00	0,00	0,39	0,00	0,00	0,00	0,00	0,15
Морс ягодный	ТТК 971	200	0,00	0,00	24,08	91,36	14,00	0,00	0,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,20	4,00
Сдоба Уренгойская	ТТК 602	100	8,01	6,35	55,57	309,80	33,43	0,00	0,00	0,93	9,47	0,00	0,00	0,12	0,18
Итого за прием		**340**	**8,21**	**13,60**	**99,28**	**542,67**	**54,03**	**0,00**	**0,00**	**4,12**	**9,47**	**0,00**	**0,00**	**0,33**	**4,33**
2 День															
Полдник 7-11 лет															
Масло сливочное	ТТК 657	16	0,13	11,60	0,21	105,70	3,84	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Морс ягодный	ТТК 971	200	0,00	0,00	24,08	91,36	14,00	0,00	0,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,20	4,00
Булочка Домашняя	ТТК 594	100	6,11	10,07	50,37	313,88	11,60	8,36	0,00	0,68	2,36	0,00	0,00	0,08	0,00
Итого за прием		**316**	**6,24**	**21,67**	**74,66**	**510,94**	**29,44**	**8,36**	**0,00**	**3,48**	**2,36**	**0,00**	**0,00**	**0,28**	**4,00**
3 День															
Полдник 7-11 лет															
Масло сливочное	ТТК 657	10	0,08	7,25	0,13	66,06	2,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Повидло в ассортименте	ТТК 663	25	0,10	0,00	16,25	62,88	3,50	0,00	0,00	0,33	0,00	0,00	0,00	0,00	0,13
Морс ягодный	ТТК 971	200	0,00	0,00	24,08	91,36	14,00	0,00	0,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,20	4,00
Булочка Молочная	ТТК 595	100	8,84	2,17	51,98	262,33	53,78	15,43	0,00	0,84	4,63	0,00	0,00	0,11	0,20
Итого за прием		**335**	**9,02**	**9,42**	**92,44**	**482,63**	**73,68**	**15,43**	**0,00**	**3,97**	**4,63**	**0,00**	**0,00**	**0,31**	**4,32**
4 День															
Полдник 7-11 лет															
Масло сливочное	ТТК 657	16	0,13	11,60	0,21	105,70	3,84	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Морс ягодный	ТТК 971	200	0,00	0,00	24,08	91,36	14,00	0,00	0,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,20	4,00
Плюшка Новомосковская	ТТК 601	110	7,10	5,77	49,25	275,82	19,91	10,26	0,00	0,76	3,82	0,00	0,00	0,08	0,04
Итого за прием		**326**	**7,23**	**17,37**	**73,54**	**472,88**	**37,75**	**10,26**	**0,00**	**3,56**	**3,82**	**0,00**	**0,00**	**0,29**	**4,04**
5 День															
Полдник 7-11 лет															
Морс ягодный	ТТК 971	200	0,00	0,00	24,08	91,36	14,00	0,00	0,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,20	4,00
Масло сливочное	ТТК 657	16	0,13	11,60	0,21	105,70	3,84	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Булочка Ванильная	ТТК 593	100	6,98	12,58	58,14	371,00	13,41	10,42	0,00	0,82	0,10	0,00	0,00	0,11	0,00
Итого за прием		**316**	**7,11**	**24,18**	**82,43**	**568,06**	**31,25**	**10,42**	**0,00**	**3,62**	**0,10**	**0,00**	**0,00**	**0,31**	**4,00**
Среднедневное значение за 1 неделю		**261**	**6,12**	**13,77**	**69,76**	**420,86**	**37,68**	**6,84**	**0,00**	**3,04**	**3,31**	**0,00**	**0,00**	**0,25**	**3,33**

Наименование блюда	№ рец.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
2 Неделя															
Полдник 7-11 лет															
Масло сливочное	ТТК 657	15	0,12	10,88	0,20	99,09	3,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Морс ягодный	ТТК 971	200	0,00	0,00	24,08	91,36	14,00	0,00	0,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,20	4,00
Сдоба Уренгойская	ТТК 602	100	8,01	6,35	55,57	309,80	33,43	0,00	0,00	0,93	9,47	0,00	0,00	0,12	0,18
Итого за прием		**315**	**8,13**	**17,23**	**79,85**	**500,25**	**51,03**	**0,00**	**0,00**	**3,73**	**9,47**	**0,00**	**0,00**	**0,32**	**4,18**
2 День															
Полдник 7-11 лет															
Масло сливочное	ТТК 657	16	0,13	11,60	0,21	105,70	3,84	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Морс ягодный	ТТК 971	200	0,00	0,00	24,08	91,36	14,00	0,00	0,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,20	4,00
Булочка Домашняя	ТТК 594	100	6,11	10,07	50,37	313,88	11,60	8,36	0,00	0,68	2,36	0,00	0,00	0,08	0,00
Итого за прием		**316**	**6,24**	**21,67**	**74,66**	**510,94**	**29,44**	**8,36**	**0,00**	**3,48**	**2,36**	**0,00**	**0,00**	**0,28**	**4,00**
3 День															
Полдник 7-11 лет															
Масло сливочное	ТТК 657	15	0,12	10,88	0,20	99,09	3,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Морс ягодный	ТТК 971	200	0,00	0,00	24,08	91,36	14,00	0,00	0,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,20	4,00
Булочка Молочная	ТТК 595	100	8,84	2,17	51,98	262,33	53,78	15,43	0,00	0,84	4,63	0,00	0,00	0,11	0,20
Итого за прием		**315**	**8,96**	**13,05**	**76,25**	**452,78**	**71,38**	**15,43**	**0,00**	**3,64**	**4,63**	**0,00**	**0,00**	**0,31**	**4,20**
4 День															
Полдник 7-11 лет															
Сыр плавленный Дружба	ТТК 1070	16	1,44	3,20	1,44	40,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Масло сливочное	ТТК 657	10	0,08	7,25	0,13	66,06	2,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Морс ягодный	ТТК 971	200	0,00	0,00	24,08	91,36	14,00	0,00	0,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,20	4,00
Плюшка Новомосковская	ТТК 601	100	6,46	5,24	44,77	250,75	18,10	9,33	0,00	0,69	3,47	0,00	0,00	0,08	0,03
Итого за прием		**326**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**

5 День															
Полдник 7-11 лет															
Масло сливочное	ТТК 657	16	0,13	11,60	0,21	105,70	3,84	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Морс ягодный	ТТК 971	200	0,00	0,00	24,08	91,36	14,00	0,00	0,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,20	4,00
Булочка Ванильная	ТТК 593	100	6,98	12,58	58,14	371,00	13,41	10,42	0,00	0,82	0,10	0,00	0,00	0,11	0,00
Итого за прием		**316**	**7,11**	**24,18**	**82,43**	**568,06**	**31,25**	**10,42**	**0,00**	**3,62**	**0,10**	**0,00**	**0,00**	**0,31**	**4,00**
Среднедневное значение за 2 неделю		**318**	**6,09**	**15,22**	**62,64**	**406,41**	**36,62**	**6,84**	**0,00**	**2,89**	**3,31**	**0,00**	**0,00**	**0,24**	**3,28**
Среднедневное значение за 2 недели	**полдник**	**290**	**6,10**	**14,50**	**66,20**	**413,63**	**37,15**	**6,84**	**0,00**	**2,97**	**3,31**	**0,00**	**0,00**	**0,24**	**3,30**

Стоимость питания 70 руб. в день

Основание: СанПиН 2.3 /2.4.3590-20

п. 8.1.2.3. Допускается в течение дня отступление от норм калорийности по отдельным приемам пищи в пределах +/- 5% при условии, что средний % пищевой ценности за неделю будет соответствовать нормам, приведенным в таблице №3 приложение № 10 к настоящим Правилам, по каждому приему пищи.

п. 8.1.4. Допускается замена одного вида пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, блюд кулинарных изделий в соответствии с таблицей замены пищевой продукции с учетом ее пищевой ценности(приложение № 11 к настоящим Правилам).

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах"Хлебпродинформ" Москва 2004 г.

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания Хлебпродинформ" Москва 1996 г.

И.М.Скурихин, В.А.Тутельян. Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания. Москва, ДеЛи Принт 2008 г.

В случае если возникла производственная необходимость возможна замена дня, один на другой.

Главный Технолог М.А Трашкова