



Согласовано
Директор
МБОУ "Федоровской СОШ №5"
Артюшенко Т. В.



Утверждаю
Директор
ООО "Социальное питание"

Хоменко А.Ю.

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: Меню 12л и ст (субвенци)

Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9	828
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	68,5	897
	Каша (пшено,рис) молочная вязкая с	200	6,33	6	37,13	227,4	841
Итого за Завтрак		425	9,01	7	65,48	355,8	
Итого за день		425	9,01	7	65,48	355,8	

(лист 2)

Рацион: Меню 12л и ст (субвенци)

Неделя: 1

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188
	Каша овсяная Геркулес вязкая	250	7,56	11	35,65	275,4	846
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	68,5	897
Итого за Завтрак		475	10,24	12	65,03	407,7	
Итого за день		475	10,24	12	65,03	407,7	

(лист 3)

Рацион: Меню 12л и ст (субвенци)

Неделя: 1

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9	828
	Макаронник	200	8,22	6	48,67	278,9	1 159
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	68,5	897
Итого за Завтрак		425	10,9	7	77,02	407,3	
Итого за день		425	10,9	7	77,02	407,3	

(лист 4)

Рацион: Меню 12л и ст (субвенци)

Неделя: 1

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188
	Каша манная жидкая молочная с	200	7,48	8	27,11	187,9	852
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	68,5	897
Итого за Завтрак		425	10,16	9	56,49	320,2	
Итого за день		425	10,16	9	56,49	320,2	

(лист 5)

Рацион: Меню 12л и ст (субвенци)

Неделя: 1

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая с	200	9,1	10	31,68	205,6	235,05
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	68,5	897
	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9	828
Итого за Завтрак		425	11,78	11	60,03	334	
Итого за день		425	11,78	11	60,03	334	

(лист 6)

Рацион: Меню 12л и ст (субвенци)

Неделя: 2

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9	828
	Каша молочная манная с маслом	200	6,87	6	38,22	238,7	895,01
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	68,5	897
Итого за Завтрак		425	9,55	7	66,57	367,1	
Итого за день		425	9,55	7	66,57	367,1	

Рацион: Меню 12л и ст (субвенци)

Неделя: 2

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Чай с лимоном*	200	0,06		15,16	59,9	686
	Каша ячневая молочная жидкая с	200	5,53	8	26,2	240	1 111
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	68,5	897
Итого за Завтрак		425	8,27	9	54,74	368,4	
Итого за день		425	8,27	9	54,74	368,4	

(лист 8)

Рацион: Меню 12л и ст (субвенци)

Неделя: 2

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Чай с сахаром*	200			14,97	59,9	828
	Каша рисовая молочная жидкая с	200	9,1	10	31,68	205,6	235,05
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	68,5	897
Итого за Завтрак		425	11,78	11	60,03	334	
Итого за день		425	11,78	11	60,03	334	

(лист 9)

Рацион: Меню 12л и ст (субвенци)

Неделя: 2

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188
	Макаронные изделия отварные с	200	11,14	9	46,02	310,7	1 003
	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	82,2	897
Итого за Завтрак		430	14,35	10	78,07	456,7	
Итого за день		430	14,35	10	78,07	456,7	

(лист 10)

Рацион: Меню 12л и ст (субвенци)

Неделя: 2

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188
	Каша пшенная молочная жидкая с	200	7,19	6	35,79	242,6	883
	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	82,2	897
Итого за Завтрак		430	10,4	7	67,84	388,6	
Итого за день		430	10,4	7	67,84	388,6	
Итого за период		4 310	106,44	90	651,3	3739,8	
Среднее значение за период		431	10,6	9	65,1	374	

Составил: Решетникова Алевтина Георгиевна