


Утверждаю:   
 Директор МАУО "ЦСПТ"

«Согласовано»   
 Директор образовательного учреждения

М.п.

**Основное (организованное) 12-ти дневное меню по дням недели, для горячего питания детей 7-11 лет (полдник) в образовательных учреждениях города Мончегорска**

№ рецептур блюда, сборник	Наименование блюда	Выход блюда	Химический состав			
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
1	2	3	4	5	6	
<b>Понедельник (1 неделя)</b>						
<b>Полдник</b>						
385/2017	Молоко 2,5%	220	6,380	5,500	10,560	117,0
432/2017	Булочка "Алтайская"	80	6,720	3,984	34,900	139,0
	<b>Итого</b>		<b>13,10</b>	<b>9,48</b>	<b>45,46</b>	<b>257,0</b>
<b>Обед</b>						
<b>Вторник (1 неделя)</b>						
<b>Полдник</b>						
378/2017	Чай с молоком и сахаром	155/50/15	1,520	1,350	15,900	81,0
424/2007	Булочка домашняя	80	5,824	10,016	35,136	254,0
	<b>Итого</b>		<b>7,34</b>	<b>11,37</b>	<b>51,04</b>	<b>335,0</b>
<b>Среда (1 неделя)</b>						
<b>Полдник</b>						
699/2004	Напиток лимонный	240	0,120	0,000	29,040	111,0
433/2017	Булочка "Осенняя"	60	4,030	5,980	27,070	178,0
	<b>Итого</b>		<b>4,15</b>	<b>5,98</b>	<b>56,11</b>	<b>289,0</b>
<b>Четверг (1 неделя)</b>						
<b>Полдник</b>						
379/2017	Кофейный напиток с молоком	250	3,957	3,347	19,932	125,0
560/2013	Булочка нежная	50	3,416	6,416	27,583	181,0
	<b>Итого</b>		<b>7,37</b>	<b>9,76</b>	<b>47,53</b>	<b>307,0</b>
<b>Пятница (1 неделя)</b>						
<b>Полдник</b>						
377/2017	Чай с сахаром с лимоном	200/15/7	0,130	0,020	15,200	62,0
554/2013	Крендель сахарный	80	5,500	10,453	47,040	304,0
	<b>Итого</b>		<b>5,63</b>	<b>10,47</b>	<b>62,24</b>	<b>366,0</b>
<b>Суббота (1 неделя)</b>						
<b>Завтрак</b>						
<b>Полдник</b>						
375/2017	Молоко 2,5%	250	7,250	6,250	12,000	133,0
432/2017	Булочка "Алтайская"	50	4,200	2,490	21,830	127,0
	<b>Итого</b>		<b>11,45</b>	<b>8,74</b>	<b>33,83</b>	<b>260,0</b>
<b>Понедельник (2 неделя)</b>						
<b>Полдник</b>						
379/2017	Кофейный напиток с молоком	250	3,957	3,347	19,932	125,0
560/2013	Булочка нежная	50	3,416	6,416	27,583	181,0
	<b>Итого</b>		<b>7,37</b>	<b>9,76</b>	<b>47,53</b>	<b>307,0</b>
<b>Вторник (2 неделя)</b>						
<b>Полдник</b>						
385/2017	Молоко 2,5%	220	6,380	5,500	10,560	117,0
432/2017	Булочка "Алтайская"	80	6,720	3,984	34,900	139,0

		<i>Итого</i>		13,10	9,48	45,46	25
<b>Среда (2 неделя)</b>							
<b>Полдник</b>							
378/2017	Чай с молоком и сахаром	155/50/15	1,520	1,350	15,900	81	
424/2007	Булочка домашняя	80	5,824	10,016	35,136	25	
		<i>Итого</i>		7,34	11,37	51,04	33
<b>Четверг (2 неделя)</b>							
<b>Завтрак</b>							
<b>Полдник</b>							
377/2017	Чай с сахаром с лимоном	200/15/7	0,130	0,020	15,200	62	
554/2013	Крендель сахарный	80	5,500	10,453	47,040	30	
		<i>Итого</i>		5,63	10,47	62,24	36
<b>Пятница (2 неделя)</b>							
<b>Полдник</b>							
699/2004	Напиток лимонный	240	0,120	0,000	29,040	11	
433/2017	Булочка "Осенняя"	60	4,030	5,980	27,070	17	
		<i>Итого</i>		4,15	5,98	56,11	28
		<i>ВСЕГО</i>					16
<b>Суббота (2 неделя)</b>							
<b>Полдник</b>							
375/2017	Молоко 2,5%	250	7,250	6,250	12,000	13	
432/2017	Булочка "Алтайская"	50	4,200	2,490	21,830	12	
		<i>Итого</i>		11,45	8,74	33,83	2

Список нормативной документации, используемой при составлении меню:

Сборник технических нормативов: "Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях" Москва. Дели плюс 2017г.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания. Авторы: И.М.Скурихин, В.А.Тутелья Москва Дели плюс 2004

Сборник технических нормативов: "Сборник рецептов бл кулинарных изделий для школ" Пермь 2013г.

"Сборник рецептов на хлеб и хлебобулочные изделия" СПб Петербург "Профи" 2010г.

Сборник технических нормативов: "Сборник рецептов бл кулинарных изделий для предприятий общественного пи при общеобразовательных школах" Хлебпродинформ. М 2004г.