Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Рацион: 1-4	KITL COILII HAKKATTAHO	Неделя:	готавлжваеі 1		День:	понедельник	
Прием тищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Shepre-	N⊵
Saempen			Белки	Жиры	Углеводы	тическая	рецептуры
A COLOR OF A COLOR	-						
	Сыр теврдый	20	4,74	6.1		75.4	97
	Каша вязкая пшенная с жаслож сливочным	200/10	9,11	11,13	41,17	279,16	173
	Кофейный налиток с молоком	200	3,17	2,68	15,96	101	395
	Хлеб пшеничный	30	2.4	0.72	14.4	72	1.0.1
	Хлеб ожаной	30	1,43				1,04
пого за Завтрак				0,9	14,94	64,2	1,05
	- pan		20,85	21,53	86,47	591,76	

Прием пищи		Неделя:				вторник	
Завтрак	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	щевые веще Жиры	ства Углеводы	тическая	№ рецептуры
завтрак	0					- HAUNCEL	
	Зразы рубленые (свинина)	90	13,85	14,92	22,37	135,46	274
	Макаронные изделия отварные	150	5,49	4,5	16,4	227	274
	Соки фруктовые	200	0,5	0,2	24,4	02	000
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,2		92	389
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,72	14,4 14,94	72	1,04
Итого за Зав			23,67	21,24	92,51	64,2 590,66	1,05

	кл. СОШ Никитино	Неделя:	1		День:	среда	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пи	Пищевые вещества			N≌
			Белки	Жиры	Углеводы	тическая	рецептуры
Завтрак				· · · · ·		Пенность	Грецентуры
	Масло сливочное	20	0,2	14,4	0.2	132,2	96
	Каша вязкая молочная "Дружба" с маслом	200/10	14,13	15,83	33,93	311,69	175
	Чай с сахаром	200	0,4		25,02	93	628
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0.72	14,4	72	1,04
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2	1,04
Атого за Зав	трак		18,56	31,85	88,49	673,09	1,00

Рацион: 1-4	кл. СОШ Никитино	Неделя:	1	День: четверг						
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пи	Пищевые вещества			Nº			
0		Dee omoga	Белки	Жиры	Углеводы	тическая	рецептуры			
Завтрак						Ценность				
	Тефтели 2 вариант	100	7,73	17,89	12,89	258,89	279			
	(свинина)			,	12,00	200,09	2/9			
	Пюре картофельное	150	3.2	5,2	48,75	227,52	212			
	Кисель	200	0,92	0,01	42,08	156,3	591			
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72				
	Хлеб ржаной	30	1,43				1,04			
Ітого за Зав		100	1	0,9	14,94	64,2	1,05			
1010 34 348	трак		15,68	24,72	133,06	778,91				

Paupece: 1-4)	кл. СОШ Никитино	Неделя:	1		День:	пятница	(лист 5
Приеж пиши	Наименование блюда	Вес блюда –	Пи	щевые веще	Onepre-	Ng	
Saempar			Белки	Жиры	Углеводы	ТИЧЕСКАЯ	рецептуры
	Сыр твердый	10	2.37	3.05	1	07.7	
	Ожлет натуральный	150	14.09	27,02	2.65	37,7 310.37	97
	Чай с сахаром	200	0,4	27,02	25.02	93	284 628
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	1.04
Итого за Завг	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64,2	1,05
	ipak		20,69	31,69	57,01	577,27	

	кл. СОШ Никитино	Неделя:		день. понедельни				
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		щевые веще	тическая	Nº		
Завтрак			Белки	Жиры	Углеводы	Перность	рецептуры	
	Масло сливочное	10	0.1					
			0,1	7,2	0,1	66,1	96	
	Каша вязкая пшенная с маслом сливочным	200/10	9,11	11,13	41,17	279,16	173	
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,96	101	395	
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0.72	14,4	72	1.0.1	
	Хлеб ржаной	30					1,04	
	Итого за Завтрак		1,43	0,9	14,94	64,2	1,05	
TOTO 3a SaB	ihar		16,21	22,63	86,57	582,46		

	кл. СОШ Никитино	Неделя:	2	День: вторник					
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Πν	Пищевые вещества			Nº		
0			Белки	Жиры	Углеводы	тическая	рецептуры		
Завтрак						LIQUNOCTL			
	Тефтели 2 вариант (свинина)	90	6,96	16,1	11,6	233	279		
	Соус красный основной	20	0,19	1,04	1,48	16,9	326		
	Макаронные изделия отварные	150	5,49	4,5	16,4	227	274		
	Соки фруктовые	200	0.5	0,2	24,4	92	389		
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0.72	14,4	72			
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,4	64,2	1,04		
Итого за Зав	трак		16,97	23,46	83,22	705,1	1,05		

	кл. СОШ Никитино	Неделя:	2	День: среда						
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пи	Пищевые вещества			Nº			
-			Белки	Жиры	Углеводы	тическая	рецептуры			
Завтрак						Пенность	hedeni)bpi			
	Сыр твердый	20	4,74	6.1		75,4	97			
	Каша вязкая рисовая с	200/10	13,23	16,57	12.91	259,61				
	маслом сливочным		.0,20	10,07	12,51	259,01	174			
	Чай с лимоном	207	0,21	0.03	16	65	277			
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72			377			
	Хлеб ржаной	30			14,4	72	1,04			
Ітого за Зав			1,43	0,9	14,94	64,2	1,05			
1010 34 348	трак		22,01	24,32	58,25	536,21				

Прием тици	Наименование блода	Вес блюда —	2 Пи	День: Пищевые вещества			N≌
			Белки	Жиры	Углеводы	тическая	рецептуры
Saterryzati						HONHOCTL	
	Запеканка из творога с риссои	150	17,12	11,37	40,79	301,43	15
	Малоко стущенное	20	1,44	6	11,04	98	
	Чай с сахаром	200	0.4		25,02	93	600
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0.72	14,4		628
	Хлеб ржаной	30	1.43			72	1,04
	Итого за Завтрак			0,9	14,94	64,2	1,05
			22,79	18,99	106,19	628,63	

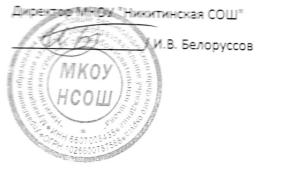
Рацион: 1-4	кл. СОШ Никитино	Неделя:	2		День:	пятница	(лист 10
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пи	Пищевые вещества			Nº
			Белки	Жиры	Углеводы	тическая	рецептуры
Завтрак						UQUHOCTL	[peqeiii jpbi
	Азу по-татарски (свинина)	240	15,85	8,58	24,65	361,86	637
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,1		0,06	108	349
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,72	14,4	72	1.04
	Хлеб ржаной	30	1,43	0,9	14,94	64.2	1,04
Итого за Зав	трак		19,78	10,2	54,05	606,06	1,05

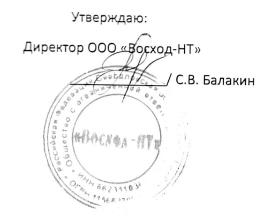
Итого за период	197.21	230,63	845.82	0070.45	
Среднее значение за дериод			040,02	6270,15	
ореднее значение за цериод	19,721	23,063	84,582 /	627,015	
Составил	and control of the second seco	Утвердил	-A	/	

Line Charles - HI - C PI 2111111

 \bigcup

Согласовано:





Примерное двухнедельное меню Для учащихся МКОУ "Никитинская СОШ" в возрасте от 7-11 лет

Сезон: Все

Разработано согласно сборнику рецептур на продукцию для обучающихся. Под редакцией: М.П. Могильного,

В.А. Тутельян, Дели Принт 2011 г.

Г. Верхняя Салда