«СОГЛАСОВАНО»
Начальник территориального отдела по г. Евпатория
Межрегионального управления Роспотребнадзора по
Республике Крым и г. Севастополь
_____ С. С. Ткачев

« УТВЕРЖДАЮ »
Директор ООО « Луксор»
_____ Д.Р.Акопова

«СОГЛАСОВАНО»
Директор МБОУ « СШ № 15»
_____ О.С.Соболева

ПРИМЕРНОЕ
цикличное меню одноразового питания
учащихся 5-11классов в общеобразовательных учреждениях
льготные категории
(дети инвалиды, дети из многодетных и малоимущих семей)
(обед)

2018г.

День: 1 - понедельник
Неделя: первая
Сезон: осень-зима
Возрастная категория: 11-18 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход готовых блюд	Наименование продуктов	Нормы закладки	Б	Ж	У	Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
									B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
50	Салат из свеклы с сыром и чесноком	100	Свекла	103-**81**	46,71	93,87	71,9	131,9	0,22	57,79	38,5	2,33	161,7	109,27	22,985	12,86
			Сыр	16,5-**15**												
			Чеснок	6,4-**5**												
			Масло растительное	5												
103	Суп с макаронными изделиями	250\35	Картофель 20%	94-**75**	2,98	2,83	15,70	100,1	0,04	0,95	-	0,33	34,50	203,3	15,75	0,55
			Картофель 25%	100												
			Картофель 30%	107												
			Картофель 35%	115												
			Картофель 40%	125												
			Макаронные изделия	10												
			Морковь	13-**10**												
			Лук репчатый	12-**10**												
			Масло сливочное	2,5												
			Куры	55-**50**												
229	Рыба, тушенная в томате с овощами	110\75	Рыба	175-**135**	11,05	5,61	4,25	119	0,05	4,23	6,59	-	44,27	183,8	54,99	0,96
			Морковь	34-**27**												
			Лук репчатый	15-**13**												
			Томатное пюре	15												
			Масло сливочное	8												
			Сахар	4												
312	Картофельное пюре	180	Картофель 20%	196-**157**	5,5	8,6	36,7	247,1	0,27	18,4	0	0,1	26,9	30,56	16,74	0,5
			Картофель 25%	211												
			Картофель 30%	225												
			Картофель 35%	243												
			Картофель 40%	265												
			Молоко	27												
			Масло сливочное	5												
389	Сок яблочный	200	Сок яблочный	200	1,0	0,2	20,2	86,6	0,02	4,0	0	0,2	14,0	14,0	8,0	2,8
ПР	Хлеб пшеничный	70	Хлеб пшеничный	70	5,53	0,7	33,81	163,6	0,07	-	-	0,91	0,33	60,9	23,1	0,77
ПР	Хлеб ржаной	45	Хлеб ржаной	45	2,52	0,49	22,23	103,4	0,045	-	-	0,4	10,35	47,7	8,88	1,39
338	Яблоки	100	Яблоки	100	0,4	0,4	9,8	44,4	0,035	10,0	-	0,2	16,0	11,0	9,0	2,2
	ИТОГО:				**30,28**	**24,91**	**151**	**958,3**	**0,54**	**61,98**	**6,59**	**4,45**	**179**	**532,4**	**152,5**	**10,69**

День: 2 - вторник
Неделя: первая
Сезон: осень-зима
Возрастная категория: 11-18 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход готовых блюд	Наименование продуктов	Нормы закладки	Б	Ж	У	Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
									B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
61	Салат из моркови с яблоками и курагой	100	Морковь	93-**74**	1,52	5,13	13,18	105,0	0,06	5,1	-	3,04	37,64	56,5	39,5	1,06
			Яблоки	14-**10**												
			Курага	5,6-**10**												
			Сахар	2												
			Масло растительное	5												
209	Яйцо вареное	20	Яйцо	1\2-**20**	2,54	2,3	0,14	31,5	0,015	0	50,0	0	11,0	38,4	2,4	0,5
99	Суп из овощей	250\5	Картофель 20%	63-**50**	2,28	2,33	11,25	75,03	0,08	10,6	-	2,43	43,25	188,3	27,5	0,83
			Картофель 25%	67												
			Картофель 30%	71												
			Картофель 35%	77												
			Картофель 40%	84												
			Капуста	25-**20**												
			Морковь	12,5-**10**												
			Лук репчатый	12-**10**												
			Горошек зеленый	11,5-**7,5**												
			Масло сливочное	5												
			Сметана	5												
274	Зразы мясные рубленые	70	Говядина 1 кат	52-**38**	8,33	9,66	9,85	160	0,04	0,14	22,29	3,67	22,98	83,3	13,02	83,3
			Лук репчатый	33-**28**												
			Молоко	11												
			Хлеб пшеничный	8												
			Масло растительное	4+4												
			Яйцо	1\8-**5**												
			Мука пшеничная	6												
204	Макаронные изделия отварные с сыром	180\5	Макаронные изделия	61	13,8	16,2	34,8	342	0,08	0,22	0	0	26,4	69,36	23,64	1,4
			Масло сливочное	5												
386	Простокваша	200	Простокваша	207-**200**	5,48	4,72	7,56	94,5	0,07	1,32	37,8	0	226,8	154	24	0,19
ПР	Хлеб пшеничный	70	Хлеб пшеничный	70	5,53	0,7	33,81	163,6	0,07	-	-	0,91	0,33	60,9	23,1	0,77
ПР	Хлеб ржаной	45	Хлеб ржаной	45	2,52	0,49	22,23	103,4	0,045	-	-	0,4	10,35	47,7	8,88	1,39
	Пирожки с творогом	85	Мука пшеничная	48	6,92	9,91	17,07	157	0,04	0,01	21,1	2,43	40,8	63,05	9,03	0,41
			Маргарин	8												
			Яйцо	1\7-**6**												
			Сахар	16												
			Масло растительное	1,5												
			Дрожжи сухие	0,5												
			Молоко	21												
			Изюм	5												
			Творог	16												
	ИТОГО:				**48,92**	**51,44**	**149,8**	**1629**	**0,495**	**17,39**	**131,2**	**12,88**	**419,5**	**761,5**	**171,1**	**89,83**

День: 3 - среда
Неделя: первая
Сезон: осень-зима
Возрастная категория: 11-18 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход готовых блюд	Наименование продуктов	Нормы закладки	Б	Ж	У	Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
									B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
45	Салат из капусты белокачанной с морковью	100	Капуста свежая	99-**79**	1,33	6,08	8,52	94,12	0,02	24,4	-	2,31	43,0	28,32	16,0	0,52
			Морковь	13-**10**												
			Сахар	5												
			Масло растительное	5												
209	Яйцо вареное	20	Яйцо	1\2-**20**	2,54	2,3	0,14	31,5	0,015	0	50,0	0	11,0	38,4	2,4	0,5
96	Рассольник ленинградский с крупой пшеничной	250	Картофель 20%	94-**75**	2,2	5,2	15,6	117,9	0,15	14,3	-	2,43	16,55	34,95	28,0	1,03
			Картофель 25%	100												
			Картофель 30%	108												
			Картофель 35%	116												
			Картофель 40%	125												
			Крупа пшеничная	5												
			Морковь	13-**10**												
			Лук репчатый	6-**5**												
			Огурцы консервированные	28-**15**												
			Масло сливочное	5												
260	Гуляш из говядины	50\50	Говядина 1 кат	107-**79**	61,66	16,79	2,89	221	0,03	0,92	-	3,51	21,18	154,15	22,03	3,06
			Лук репчатый	12-**10**												
			Масло растительное	5												
			Мука	2												
			Томат пюре	8												
303	Каша гречневая вязкая	180\5	Крупа гречневая	45	5,5	6,0	24,6	174,6	0,14	0	0	0	10,14	130,6	86,4	2,9
			Масло сливочное	5												
389	Сок яблочный	200	Сок яблочный	200	1,0	0,2	20,2	86,60	0,2	4,0	-	0,2	14,0	14,0	8,0	2,8
ПР	Хлеб пшеничный	70	Хлеб пшеничный	70	5,53	0,7	33,81	163,6	0,07	-	-	0,91	0,33	60,9	23,1	0,77
ПР	Хлеб ржаной	45	Хлеб ржаной	45	2,52	0,49	22,23	103,4	0,045	-	-	0,4	10,35	47,7	8,88	1,39
338	Апельсины	100	Апельсины	100	0,6	0,13	1,46	68,7	0,02	40,0	-	0,13	23,3	15,3	8,6	0,2
	ИТОГО:				**82,88**	**37,9**	**129,4**	**1061**	**0,82**	**83,62**	**50,0**	**9,89**	**148,9**	**524,2**	**201,2**	**13,17**

День: 4 - четверг
Неделя: первая
Сезон: осень-зима
Возрастная категория: 11-18 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход готовых блюд	Наименование продуктов	Нормы закладки	Б	Ж	У	Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
									B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
121	Суп молочный с крупой	300	Молоко	150	4,45	5,35	9,22	106,8	0,05	0,98	39,6	1,1	191,4	136,4	21,2	0,18
			Крупа гречневая	24												
			Масло сливочное	2,5												
			Сахар	3												
222	Пудинг из творога со сгущенным молоком	250\20	Творог	190-**188**	38,7	29	73,5	1405	0,16	1,23	17,0	0	513,4	564,8	69,6	2,65
			Изюм	25,5-**25**												
			Крупа манная	19												
			Сахар	19												
			Яйца	1\3-**12**												
			Масло сливочное	6												
			Мука пшеничная	6												
			Сметана	6												
			Молоко сгущенное	20												
352	Кисель из сока фруктового	200	Сок	60	0,24	0,12	35,76	145,1	0	80,0	0	0,18	8,20	6,42	0,96	0,28
			Сахар	19												
			Крахмал	10												
14	Масло сливочное	15	Масло сливочное	15	0,15	10,8	0,2	98,58	0	0	60	0,15	3,6	4,5	0	0
ПР	Хлеб пшеничный	105	Хлеб пшеничный	105	8,3	1,05	50,7	245,5	0,1	-	-	1,36	24,15	91,35	34,65	1,15
ПР	Зефир	55	Зефир	55	0,4	0	0,51	206,9	0	0	0	0	17,19	8,47	4,36	0,77
	ИТОГО:				**52,24**	**46,32**	**169,9**	**1962**	**0,31**	**82,18**	**116,5**	**2,79**	**757,9**	**811,9**	**130,6**	**5,0**

День: 5 – пятница
Неделя: первая
Сезон: осень-зима
Возрастная категория: 11-18 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход готовых блюд	Наименование продуктов	Нормы закладки	Б	Ж	У	Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
									B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
61	Салат из моркови с яблоками и курагой	100	Морковь	93-**74**	**1,52**	**5,13**	**13,18**	**105,0**	**0,06**	**5,1**	**-**	**3,04**	**37,64**	**56,5**	**39,5**	**1,06**
			Яблоки	14-**10**												
			Курага	8,4-**10**												
			Сахар	2												
			Масло растительное	5												
209	Яйцо вареное	20	Яйцо	1\2-**20**	2,54	2,3	0,14	31,5	0,015	0	50,0	0	11,0	38,4	2,4	0,5
82	Борщ с капустой и картофелем	250\5	Картофель 20%	25-**20**	1,83	4,9	11,75	103,7	0,05	10,3	-	2,4	34,45	53,03	26,2	1,18
			Картофель 25%	27												
			Картофель 30%	29												
			Картофель 35%	31												
			Картофель 40%	33												
			Капуста	25-**20**												
			Свекла	50-**40**												
			Лук репчатый	15-**12,5**												
			Морковь	12,5-**10**												
			Масло сливочное	5												
			Томатная паста	7,5												
			Сахар	2,5												
			Сметана	5												
259	Жаркое по-домшнему из говядины	50\150	Говядина 1 кат	107-**79**	19,44	21,7	19,89	354	0,14	8,11	0	0	36,6	246,9	50,9	4,6
			Картофель 20%	150-**120**												
			Картофель 25%	160												
			Картофель 30%	169												
			Картофель 35%	184												
			Картофель 40%	196												
			Лук репчатый	14-**12**												
			Масло растительное	6												
			Томатное пюре	7												
386	Простокваша	200	Простокваша	207-**200**	5,48	4,72	7,56	94,5	0,07	1,32	37,8	0	226,8	154	24	0,19
ПР	Хлеб пшеничный	70	Хлеб пшеничный	70	5,53	0,7	33,81	163,6	0,07	-	-	0,91	0,33	60,9	23,1	0,77
ПР	Хлеб ржаной	45	Хлеб ржаной	45	2,52	0,49	22,23	103,4	0,045	-	-	0,4	10,35	47,7	8,88	1,39
338	Бананы	100	Бананы	100	1,51	0,51	21,0	94,5	0,4	10,0	0	0,4	8,0	28,0	42,0	0,6
	ИТОГО:				**82,8**	**129,1**	**188,2**	**1014**	**0,99**	**87,52**	**126,3**	**6,44**	**489,2**	**740,1**	**200,4**	**22,1**

День: 6 - понедельник
Неделя: вторая
Сезон: осень-зима
Возрастная категория: 11-18 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход готовых блюд	Наименование продуктов	Нормы закладки	Б	Ж	У	Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
									B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
51	Салат из свеклы с изюмом и курагой	100	Свекла	99-**75**	18,52	60,42	180,6	134,0	0,39	55,3	-	32,7	51,86	59,308	30,83	16,6
			Курага	8,4-**10**												
			Изюм	9,3-**10**												
			Масло растительное	6												
99	Суп из овощей	250	Картофель 20%	63-**50**	2,28	2,33	11,25	75,03	0,08	10,6	-	2,43	43,25	188,3	27,5	0,83
			Картофель 25%	67												
			Картофель 30%	71												
			Картофель 35%	77												
			Картофель 40%	84												
			Капуста	25-**20**												
			Морковь	13-**10**												
			Лук репчатый	12-**10**												
			Горошек зеленый	11-**7,5**												
			Масло сливочное	5												
243	Сосиски (сардельки, колбаса) отварные	100	Сосиски (сардельки, колбаса) отварные	103-**100**	12,2	34,5	0,54	364,4	0,2	0	44,7	0,67	41,1	180	22,2	2
204	Макаронные изделия отварные с сыром	150	Макаронные изделия	48	11,5	13,5	29	285	0,07	0,19	0	0	22	57,8	19,7	1,17
			Масло сливочное	7												
			Сыр	7,5-**7**												
386	Напиток к\м	200	Напиток к\м	207-**200**	6,09	6,09	10,0	101,9	0,08	2,73	42	-	252	189	29,4	0,21
ПР	Хлеб пшеничный	70	Хлеб пшеничный	70	5,53	0,7	33,81	163,6	0,07	-	-	0,91	0,33	60,9	23,1	0,77
ПР	Хлеб ржаной	45	Хлеб ржаной	45	2,52	0,49	22,23	103,4	0,045	-	-	0,4	10,35	47,7	8,88	1,39
	Пирожки с творогом	85	Мука пшеничная	48	6,92	9,91	17,07	157	0,04	0,01	21,1	2,43	40,8	63,05	9,03	0,41
			Маргарин	8												
			Яйцо	1\7-**6**												
			Сахар	16												
			Масло растительное	1,5												
			Дрожжи сухие	0,5												
			Молоко	21												
			Изюм	5												
			Творог	16												
	ИТОГО:				**48,51**	**72,63**	**137,0**	**1355**	**0,66**	**18,63**	**107,8**	**9,88**	**447,4**	**843,2**	**179,3**	**7,84**

День: 7 – вторник
Неделя: вторая
Сезон: осень-зима
Возрастная категория: 11-18 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход готовых блюд	Наименование продуктов	Нормы закладки	Б	Ж	У	Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
									B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
45	Салат из капусты белокачанной с морковью	100	Капуста свежая	99-**79**	1,33	6,08	8,52	94,12	0,02	24,4	-	2,31	43,0	28,32	16,0	0,52
			Морковь	13-**10**												
			Сахар	5												
			Масло растительное	5												
209	Яйцо вареное	20	Яйцо	1\2-**20**	2,54	2,3	0,14	31,5	0,015	0	50,0	0	11,0	38,4	2,4	0,5
102	Суп картофельный с фасолью	250	Картофель 20%	63-**50**	4,9	5,33	19,23	144,4	0,15	5,83	-	2,45	41,48	137,8	38,25	1,83
			Картофель 25%	67												
			Картофель 30%	74												
			Картофель 35%	80												
			Картофель 40%	83												
			Фасоль	20,2-**20**												
			Морковь	13-**10**												
			Лук репчатый	15-**12,5**												
			Масло сливочное	5												
265	Плов из говядины	50\150	Говядина 1 кат	107-**79**	4,59	7,2	30,66	205,9	0,22	15,39	0	0,09	22,48	25,47	13,95	0,42
			Крупа рисовая	51												
			Лук репчатый	9-**7,5**												
			Морковь	15-**12**												
			Масло сливочное	7,5												
			Томат пюре	12												
386	Простокваша	200	Простокваша	207-**200**	5,48	4,72	7,56	94,5	0,07	1,32	37,8	0	226,8	154	24	0,19
ПР	Хлеб пшеничный	70	Хлеб пшеничный	70	5,53	0,7	33,81	163,6	0,07	-	-	0,91	0,33	60,9	23,1	0,77
ПР	Хлеб ржаной	45	Хлеб ржаной	45	2,52	0,49	22,23	103,4	0,045	-	-	0,4	10,35	47,7	8,88	1,39
338	Бананы	100	Бананы	100	1,51	0,51	21,0	94,5	0,4	10,0	0	0,4	8,0	28,0	42,0	0,6
	ИТОГО:				**28,4**	**27,3**	**143,1**	**931,8**	**0,96**	**56,94**	**89,6**	**6,56**	**363,3**	**519,6**	**168,5**	**6,22**

День: 8 - среда
Неделя: вторая
Сезон: осень-зима
Возрастная категория: 11-18 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход готовых блюд	Наименование продуктов	Нормы закладки	Б	Ж	У	Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
									B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
50	Салат из свеклы с сыром и чесноком	100	Свекла	103-**81**	46,71	93,87	71,9	131,9	0,22	57,79	38,5	2,33	161,7	109,27	22,985	1,31
			Сыр	16,5-**15**												
			Чеснок	6,4-**5**												
			Масло растительное	5												
102	Суп картофельный с горохом	250	Картофель 20%	63-**50**	4,9	5,33	19,23	144,4	0,15	5,83	-	2,45	41,48	137,8	38,25	1,83
			Картофель 25%	67												
			Картофель 30%	74												
			Картофель 35%	80												
			Картофель 40%	83												
			Горох	20,2-**20**												
			Морковь	13-**10**												
			Лук репчатый	15-**12,5**												
			Масло сливочное	5												
230	Рыба, припущенная в молоке	110	Треска	175-**135**	12,66	2,8	2,96	87,83	0,07	0,6	6,65	0	20,84	150,38	34,7	0,7
			Лук репчатый	19-**16**												
			Молоко	27												
321	Капуста тушеная	150	Капуста свежая	214-**173**	3,06	4,8	20,44	137,3	0,15	10,26	0	0,06	14,99	16,98	9,3	0,28
			Масло сливочное	5												
			Морковь	4-**3**												
			Лук репчатый	8-**6**												
			Томат пюре	9												
			Мука пшеничная	2												
389	Сок яблочный	200	Сок яблочный	200	1,0	0,2	20,2	86,60	0,2	4,0	-	0,2	14,0	14,0	8,0	2,8
ПР	Хлеб пшеничный	70	Хлеб пшеничный	70	5,53	0,7	33,81	163,6	0,07	-	-	0,91	0,33	60,9	23,1	0,77
ПР	Хлеб ржаной	45	Хлеб ржаной	45	2,52	0,49	22,23	103,4	0,045	-	-	0,4	10,35	47,7	8,88	1,24
338	Апельсины	100	Апельсины	100	0,6	0,13	1,46	68,7	0,02	40,0	-	0,13	23,3	15,3	8,6	0,2
	ИТОГО:				**76,98**	**108,3**	**192,3**	**924,4**	**0,92**	**118,5**	**45,1**	**6,48**	**286,9**	**552,3**	**153,8**	**9,13**

День: 9 - четверг
Неделя: вторая
Сезон: осень-зима
Возрастная категория: 11-18 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход готовых блюд	Наименование продуктов	Нормы закладки	Б	Ж	У	Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
									B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
45	Салат из капусты белокачанной с морковью	100	Капуста свежая	99-**79**	1,33	6,08	8,52	94,12	0,02	24,4	-	2,31	43,0	28,32	16,0	0,52
			Морковь	13-**10**												
			Сахар	5												
			Масло растительное	5												
209	Яйцо вареное	20	Яйцо	1\2-**20**	2,54	2,3	0,14	31,5	0,015	0	50,0	0	11,0	38,4	2,4	0,5
98	Суп крестьянский с крупой (перловой)	250\5	Картофель 20%	31-**25**	2,7	2,78	14,58	90,68	0,06	10,0	-	-	49,25	222,5	26,5	0,78
			Картофель 25%	33												
			Картофель 30%	36												
			Картофель 35%	39												
			Картофель 40%	42												
			Капуста	38-**30**												
			Морковь	13-**10**												
			Лук репчатый	12-**10**												
			Крупа перловая	10												
			Масло сливочное	5												
			Сметана	5												
280	Фрикадельки из говядины в соусе	55\50	Говядина 1 кат	52-**38**	21,32	9,93	0,87	178,1	0,08	1,0	20,0	1,20	14,74	219,3	26,9	3,34
			Лук репчатый	5-**4**												
			Томатное пюре	2												
			Масло сливочное	5												
			Хлеб пшеничный	8												
			Молоко	11												
			Мука пшеничная	5+4												
			Сметана	12												
303	Каша рисовая вязкая	180\5	Крупа рисовая	45	3,0	5,0	31,88	184,8	0,024	0	0	0	4,95	66,69	21,6	0,44
			Масло сливочное	5												
386	Напиток к\м	200	Напиток к\м	207-**200**	6,09	6,09	10	101,9	0,08	2,73	42	-	252	189	29,4	0,21
ПР	Хлеб пшеничный	70	Хлеб пшеничный	70	5,53	0,7	33,81	163,6	0,07	-	-	0,91	0,33	60,9	23,1	0,77
ПР	Хлеб ржаной	45	Хлеб ржаной	45	2,52	0,49	22,23	103,4	0,045	-	-	0,4	10,35	47,7	8,88	1,39
	ИТОГО:				**45,0**	**33,37**	**122**	**948**	**0,39**	**38,13**	**112**	**4,82**	**385,6**	**872,8**	**154,8**	**7,95**

День: 10 - пятница
Неделя: вторая
Сезон: осень-зима
Возрастная категория: 11-18 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход готовых блюд	Наименование продуктов	Нормы закладки	Б	Ж	У	Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
									B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
45	Салат из капусты белокачанной с морковью	100	Капуста свежая	99-**79**	1,33	6,08	8,52	94,12	0,02	24,4	-	2,31	43,0	28,32	16,0	0,52
			Морковь	13-**10**												
			Сахар	5												
			Масло растительное	5												
209	Яйцо вареное	20	Яйцо	1\2-**20**	2,54	2,3	0,14	31,5	0,015	0	50,0	0	11,0	38,4	2,4	0,5
88	Щи из свежей капусты с картофелем	250	Картофель 20%	38-**30**	1,8	4,98	8,13	84,48	0,08	18,48	-	2,38	33,98	47,43	22,2	0,83
			Картофель 25%	40												
			Картофель 30%	43												
			Картофель 35%	46												
			Картофель 40%	50												
			Капуста	63-**50**												
			Морковь	13-**10**												
			Лук репчатый	15-**12,5**												
			Масло сливочное	5												
			Томат пюре	2,5												
289	Рагу из курицы	100\100	Куры 1 кат(потрош)	165-**145**	15,7	14,65	19	271,2	0,09	14,16	18,25	0	46	128,5	48,38	1,54
			Картофель 20%	80-**64**												
			Картофель 25%	86												
			Картофель 30%	92												
			Картофель 35%	98												
			Картофель 40%	108												
			Мука пшеничная	1												
			Масло сливочное	4												
			Лук репчатый	10-**8**												
			Морковь	18-**14**												
			Томат паста	2,5												
386	Напиток к\м	200	Напиток к\м	207-**200**	6,09	6,09	10,0	101,9	0,08	2,73	42	-	252	189	29,4	0,21
ПР	Хлеб пшеничный	70	Хлеб пшеничный	70	5,53	0,7	33,81	163,6	0,07	-	-	0,91	0,33	60,9	23,1	0,77
ПР	Хлеб ржаной	45	Хлеб ржаной	45	2,52	0,49	22,23	103,4	0,045	-	-	0,4	10,35	47,7	8,88	1,39
338	Яблоки	100	Яблоки	100	0,4	0,4	9,8	44,4	0,035	10,0	-	0,2	16,0	11,0	9,0	3,3
	ИТОГО:				**53**	**90**	**283,6**	**934,4**	**0,79**	**100,6**	**110,2**	**36,59**	**421,5**	**582,2**	**174,2**	**25,14**

Наименование сборника рецептур:
Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях /Под ред. М. П.Могильного и В.А. Тутельяна . – М.: Де Ли принт,2011.-544с.

Директор ООО «Луксор» Д.Р. Акопова

	Б	Ж	У	Э.ц.	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
День 1	30,28	24,91	151	958,3	0,54	61,98	6,59	4,45	179	532,4	152,5	10,69
День 2	48,92	51,44	149,8	1629	0,495	17,39	131,2	12,88	419,5	761,5	171,1	89,83
День 3	82,88	37,9	129,4	1061	0,82	83,62	50,0	9,89	148,9	524,2	201,2	13,17
День 4	52,24	46,32	169,9	1962	0,31	82,18	116,5	2,79	757,9	811,9	130,6	5,0
День 5	82,8	129,1	188,2	1014	0,99	87,52	126,3	6,44	489,2	740,1	200,4	22,1
День 6	48,51	72,63	137,0	1355	0,66	18,63	107,8	9,88	447,4	843,2	179,3	7,84
День 7	28,4	27,3	143,1	931,8	0,96	56,94	89,6	6,56	363,3	519,6	168,5	6,22
День 8	76,98	108,3	192,3	924,4	0,92	118,5	45,1	6,48	286,9	552,3	153,8	9,13
День 9	45,0	33,37	122	948	0,39	38,13	112	4,82	385,6	872,8	154,8	7,95
День10	53	90	283,6	934,4	0,79	100,6	110,2	36,59	421,5	582,2	174,2	25,14
Итого:	**546,6**	**617,9**	**1666,3**	**11749**	**10,4**	**665,5**	**844,8**	**100,8**	**3888**	**7882,2**	**1649,3**	**195,5**

НА ОСНОВАНИИ

САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИХ ТРЕБОВАНИЙ К ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ, УЧРЕЖДЕНИЯХ НАЧАЛЬНОГО И СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы

СанПиН 2.4.5.2409-08

Согласно пункту 6.29 внесены изменения **с 1марта по 31 мая**

ПРИЛОЖЕНИЕ

К ПРИМЕРНОМУ
цикличному меню одноразового питания
учащихся 5-11 классов в общеобразовательных учреждениях
льготные категории детей
(дети инвалиды и дети из многодетных семей)
(обед)

2018г.

День: 2 - вторник
Неделя: первая

Сезон: осень-зима
Возрастная категория: 11-17 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход готовых блюд	Наименование продуктов	Нормы закладки	Б	Ж	У	Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
									B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
320	Морковь, тушенная с яблоками и курагой	100	Морковь	106-8**5**	1,7	3,78	23,08	133,1	0,04	3,03	20	1,4	44,67	69	58,9	1,38
			Яблоки	14-**10**												
			Курага	8,9-**10**												
			Сахар	2,5												
			Масло сливочное	5												

День: 3 - среда
Неделя: первая
Сезон: осень-зима
Возрастная категория: 11-17 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход готовых блюд	Наименование продуктов	Нормы закладки	Б	Ж	У	Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
									B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
321	Капуста тушеная	100	Капуста свежая	214-**172**	2,06	3,8	3,2	91,4	0,1	6,84	-	0,04	9,98	11,3	6,2	0,18
			Масло сливочное	5												
			Морковь	2,5-**2**												
			Лук репчатый	5-**4**												
			Томат пюре	6												
			Мука пшеничная	1												
			Сахар	3												

День: 5 – пятница
Неделя: первая
Сезон: осень-зима
Возрастная категория: 11-17 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход готовых блюд	Наименование продуктов	Нормы закладки	Б	Ж	У	Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
									B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
320	Морковь, тушенная с яблоками и курагой	100	Морковь	106-8**5**	1,7	3,78	23,08	133,1	0,04	3,03	20	1,4	44,67	69	58,9	1,38
			Яблоки	14-**10**												
			Курага	8,9-**10**												
			Сахар	2,5												
			Масло сливочное	5												

День: 7 – вторник
Неделя: вторая
Сезон: осень-зима

Возрастная категория: 11-17 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход готовых блюд	Наименование продуктов	Нормы закладки	Б	Ж	У	Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
									B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
321	Капуста тушеная	100	Капуста свежая	214-**172**	2,06	3,8	3,2	91,4	0,1	6,84	-	0,04	9,98	11,3	6,2	0,18
			Масло сливочное	5												
			Морковь	2,5-**2**												
			Лук репчатый	5-**4**												
			Томат пюре	6												
			Мука пшеничная	1												
			Сахар	3												

День: 9 - четверг
Неделя: вторая
Сезон: осень-зима
Возрастная категория: 11-17 лет

№ рец.	Наименование блюда	Выход готовых блюд	Наименование продуктов	Нормы закладки	Б	Ж	У	Ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
									B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
321	Капуста тушеная	100	Капуста свежая	214-**172**	2,06	3,8	3,2	91,4	0,1	6,84	-	0,04	9,98	11,3	6,2	0,18
			Масло сливочное	5												
			Морковь	2,5-**2**												
			Лук репчатый	5-**4**												
			Томат пюре	6												
			Мука пшеничная	1												
			Сахар	3												