

СОГЛАСОВАНО:

Руководителю Управления
Федеральной службы по надзору
в сфере защиты Прав потребителей и
благополучия человека
(РОСПОТРЕБНАДЗОР)
По Белгородской области

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

ООО «Комбинат питания ЖБК-1»

Г.А. Крапивина

«

2020г.

Руководитель Управления
Образования Администрации
г. Белгорода

И.А. Гричаникова

« »

2020г.

ПРИМЕРНОЕ

ЦИКЛИЧНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ СБАЛАНСИРОВАННОЕ МЕНЮ
ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ДЛЯ ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПИТАНИЕМ
УЧАЩИХСЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ
ГОРОДА БЕЛГОРОДА

(Лицей №38, школы №6,11,36,39,44)

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-11 ЛЕТ

Копия

ООО «Комбинат питания –ЖБК-1»

Цикличное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания
Для обеспечения питанием учащихся общеобразовательных учреждений города Белгорода
Возрастная категория 7-11 лет

Наименование	№ Рецептуры или Технологич еской карты	Масса порции	Пищевые вещества				Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У	Энергетич еская ценность (ккал)	В-1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ЗАВТРАК														
1 день														
Яичная кашка с цветной капустой	427/2010	1/150	11,7	10,31	6,83	182,8	0,09	0	0	0,35	63	248	19	3,3
Молоко стерилизованное 3/2%,мед		1/200/ 10	5,8	6,4	14,4	126	0,04	1,2	40	0,2	242	182	28	0,2
Кондитерские изделия	ТТК	1/75	5,4	8,93	38,58	200	0,08	0	0	13,5	23	66,0	9,0	0,98
Чай с сахаром	685/2004	1/200/ 15	0,2	0,05	15,03	51,38	0,08	0,2	0	0,6	42	32	8	0,2
Итого			23,10	25,69	74,84	560,18	0,29	1,4	40	16,05	370	528	64	4,68
ОБЕД														
1 день														
Салат из свежей капусты, зелень	ТТК	1/60	2,04	3,06	5,93	55,44	0,04	15,9	60	0,24	46	55	15	0,8
Суп картофельный с гречневой крупой, зелень	139/2004	1/250/ 1	4,09	2,84	19,56	116,15	0,15	1,0	0	0,1	82	32,8	48	0,22

Сосиска отварная	536/2010	1/85	10,95	19,6	3,67	208,9	0,11	2,1	0	0	31	261	32	3,0
Макаронны отварные	516/2004	1/150	6,65	4,47	36,02	163,60	0,17	0	17	17	24	106	17	2,1
Сок	ТТК	1/200	1,8	-	22,0	91,2	0,08	50,0	0	0,6	42	32	8	1,3
Хлеб		1/40	2,64	0,44	16,4	80,12	0,09	0	0	0	18	7	24	2,0
Фрукты		1/100	0,4	-	10,3	147	0,5	5	0	0,4	19	16	12	2,3
Итого			28,57	30,41	113,88	862,41	1,14	69	77	18,34	262	509,8	156	11,72
ПОЛДНИК														
1 день														
Пирожок печеный с повидлом	738/2004	1/75	4,6	4,26	25,2	167,6	0,07	0,07	30	2,7	12,67	82	17,8	0,75
Какао с молоком	693/2004	1/200	5,80	5,8	25,16	144,06	0,20	2,6	0	0,1	0	0	0	0
Фрукты		1/100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	-	0,5	16	11	9	2,2
Итого			10,8	10,46	60,16	358,66	0,30	12,67	30	3,30	28,67	93,0	26,8	2,95
Всего за день			50,48	53,23	233,43	1781,25	1,73	83,07	147	22,14	636,67	784,8	210,8	15,6

Примечание: овощи урожая прошлого года (капуста, репчатый лук, корнеллоды и др.) в период после 1 марта допускается использовать только после термической обработки.

Примечание: овощи урожая прошлого года (капуста, репчатый лук, корнеплоды и др.) в период после 1 марта допускается использовать только после термической обработки.

[illegible]

[illegible]

[illegible]

Примечание: овощи урожая прошлого года (капуста, репчатый лук, корнеплоды и др.) в период после 1 марта допускается использовать только после термической обработки.

[illegible]

Итого			28,19	27,96	98,43	867,08	1,0	18,5	40,0	2,46	221,0	140,8	268,0	102,2
ПОЛДНИК														
4 день														
Пицца с сосисками	ТТК	1/100	9,21	10,5	31,87	221,05	0,13	16,98	0	0,8	31	0	0	1,09
Сок	ТТК	1/200	0,8	-	24,0	91,2	0,08	50	0	0,6	42	32	8	1,3
Итого			10,01	10,5	55,9	376,98	0,18	88,27	54	2,71	194,2	223,7	38,74	1,11
Всего за день			49,59	49,31	215,5	1769,9	2,52	109,7	174	6,82	674,2	569,8	425,7	104,2

Примечание: овощи урожая прошлого года (капуста, репчатый лук, корнеплоды и др.) в период после 1 марта допускается использовать только после термической обработки.

[illegible]

[illegible]

[illegible]

Итого				27,34	29,30	103,52	875,59	0,84	29,3	93,3	4,53	297,1	662,1	222,8	11,15
ПОЛДНИК															
7 день															
Булочка с корицей	ТТК	1/70	10,24	6,69	36,05	232,17	0,44	0,01	0	0,16	42,13	94	15,25	2,73	
Йогурт		1/100	5,0	3,2	8,5	87,0	0,03	0,6	20	0	119	91	14	0,1	
Итого			15,24	9,89	44,55	319,17	0,47	0,61	20	0,16	161,1	185,0	29,25	2,83	
Всего за день			55,18	51,02	233,72	1698,2	3,64	32,46	193,3	5,0	717,2	1052,4	371,0	14,88	

Примечание: овощи урожая прошлого года (капуста, репчатый лук, корнеплоды и др.) в период после 1 марта допускается использовать только после термической обработки.

[illegible]

Кисель	648/2004	1/200	0,26	0,05	15,24	62,53	0,08	8,0	0,4	0,2	107	92	66	1,8
Хлеб		1/40	2,64	0,44	16,4	80,12	0,09	0	0	1,9	18	79	24	2,0
Кондитерские изделия	ТТК	1/70	5,04	10,3	40,7	252	0,08	0	0	13	22	62	9	0,9
Итого			32,49	29,03	122,1	846,98	0,87	53,58	17,1	35,36	167,8	661,5	509,5	12,91
ПОЛДНИК														
8 день														
Рулет с маковой начинкой	738/2004	1/75	6,4	13,0	21,23	268,88	0,11	0	18	0,15	31	89	13	1,3
Чай с сахаром	685/2004	1/200/	0,2	0,05	15,03	61,38	0,08	50,0	0	0,6	42	32	8	0,2
Фрукты		1/100	0,8	0,2	7,5	38	0,03	38	0	0,10	35	17	11	0,1
Итого			7,4	13,25	43,76	368,26	0,22	88,0	18	0,85	108,0	138,0	32,0	1,6
Всего за день			53,39	53,1	228,1	1732,0	1,39	143,03	109,9	36,59	615,8	1138,5	588,5	15,11

Примечание: овощи урожая прошлого года (капуста, репчатый лук, корнеплоды и др.) в период после 1 марта допускается использовать только после термической обработки.

[illegible]

Итого				25,12	25,08	117,8	821,98	0,79	37,6	23,3	23,52	174	279,6	467	103,9
ПОЛДНИК															
9 день															
Сосиска в тесте	747/2004	1/50/50	11,84	12,85	25,05	174,7	0,05	0	0	0,9	25	99	18	1,35	
Чай черный с сахаром и лимоном	686/2004	200/15/7	0,26	0,05	15,24	62,53	0,08	0,2	0	0,6	42	32	8	0,2	
Фрукты		1/120	1,5	1,5	14,0	47	0,04	10	0	0,4	8	28	42	0,6	
Итого			15,47	15,98	67,10	385,16	0,29	12,6	0	1,4	33,0	127,0	60,0	1,95	
Всего за день			69,53	67,84	265,6	1716,7	1,25	51,8	121,3	25,42	606	588,6	555	107,1	

Примечание: овощи урожая прошлого года (капуста, репчатый лук, корнеплоды и др.) в период после 1 марта допускается использовать только после термической обработки.

[illegible]

