

СОГЛАСОВАНО

Начальник территориального отдела  
Управления Роспотребнадзора по РМЭ  
В Волжском районе

*Е.Ф. Алексеева*

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МОУ «Петгьяльская СОШ»  
*В.А.Семенов*

### Примерное цикличное 10-дневное меню МОУ «Петгьяльская СОШ»

на осенне-зимний период

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного

питания/ Авт.-сост.: А.И. Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с.19.

Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания

детей дошкольных образовательных учреждений/ Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. –

М.: ДеЛи принт, 2010, с.193

«Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятия общественного питания при

образовательных школах»-2004 г.

Наименование блюда	Выход 7-10 лет	Выход 11-18 лет	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ тех карты	Минеральные вещества			Витамины				
								Ca	Mg	P	В1	C	A	E	
Понедельник 1 день															
Завтрак															
Каша рисовая молочная с маслом	200/10	200/10	5,0	6,2	32,0	194	№255	46,93	0	0	2,84	0,19	1,67	0	20,5
Кофейный напиток с сахаром	200	200	1,4	2,0	22,4	116	№951	34	7,00	45	0,00	0,02	0,00	0,08	-
Хлеб пшеничный	50	60	6,14	2,14	41,86	214,43	№147	9,3	0	0	0,62	0,05	0	0	3,3
Сыр порционный	20	20	4,64	5,90	0	72,80	№42	176	7	100	0,20	0,01	0,14	52	0,5
Итого			15,98	14,24	87,86	509,23		238,23	7	100	4,22	0,29	3,11	52,01	6,4
Обед															
Суп с рыбными консервами	200	250	8,61	8,4	14,35	167,25	№87	45,3	47,35	176,53	1,26	0,10	9,11	15	45,9
Гречка отварная с малом	150/10	200/15	9,94	7,48	47,48	307,26	№679	17,3	90	278	5,26	0,24	0	0,2	20,8
Колбаса отварная	70	80	10,4	20	21,2	224	№536	26,25	0	0	1,35	0,15	0,0	0,0	-