

**СОГЛАСОВАНО**


  
 \_\_\_\_\_ (должность)
   
*Директор*
  
 \_\_\_\_\_ (ФИО)
   
*Исмаилов Н. Ю.*
  
 \_\_\_\_\_ (дата)
   
*28.03.22*

**УТВЕРЖДАЮ**


  
 \_\_\_\_\_ (должность)
   
*Ермаков М.М.*
  
 \_\_\_\_\_ (ФИО)
   
 \_\_\_\_\_ (дата)

### Меню приготавливаемых блюд

**Возраст**  
 ая            меню 2х разовое питание  
**категори**    7-11 лет  
**я:**

| Прием пищи              | Наименование блюда                       | Вес блюда   | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептур |
|-------------------------|--|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|------------|
|                         |  |             | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |            |
| <b>День 5</b>           |  |             |                  |              |               |                         |            |
| <b>ЗАВТРАК</b>          | Каша молочная пшеничная жидкая           | 200         | 5,55             | 5,61         | 27,38         | 182,25                  | 199*(2016) |
|                         | Батон нарезной                           | 30          | 2,25             | 0,87         | 15,42         | 78,6                    | 117(2011)  |
|                         | Сыр сычужный твердый порциями            | 12          | 3,07             | 3,13         | 0,00          | 41,16                   | 106(2011)  |
|                         | Кофейный напиток с молоком (1-й вариант) | 200         | 4,06             | 2,94         | 12,36         | 91,88                   | 513(2011)  |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b> |  | <b>392</b>  | <b>14,93</b>     | <b>12,55</b> | <b>55,16</b>  | <b>393,89</b>           |            |
| <b>ОБЕД</b>             | Салат из свеклы отварной                 | 80          | 1,28             | 5,68         | 5,88          | 62,3                    | 51(2011)   |
|                         | суп из овощей со сметаной                | 200         | 1,72             | 3,42         | 9,18          | 74,86                   | 66*(2016)  |
|                         | плов                                     | 200         | 13,74            | 21,48        | 42,34         | 445,26                  | 375*(2016) |
|                         | Компот из яблок с лимоном                | 200         | 0,14             | 0,12         | 7,86          | 33,48                   | 528(2011)  |
|                         | Хлеб пшеничный                           | 45          | 3,42             | 0,36         | 22,14         | 105,75                  | 114(2011)  |
|                         | Хлеб ржаной                              | 40          | 2,64             | 0,48         | 13,36         | 69,6                    | 115(2011)  |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>    |  | <b>765</b>  | <b>22,94</b>     | <b>31,54</b> | <b>99,60</b>  | <b>804,15</b>           |            |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>   |  | <b>1157</b> | <b>37,87</b>     | <b>44,09</b> | <b>154,76</b> | <b>1198,04</b>          |            |



СОГЛАСОВАНО

Директор (должность)  
 Давыдов Н.И. (ФИО)  
 28.03.22 (дата)



УТВЕРЖДАЮ

(должность)  
 Ермаков М.М. (ФИО)  
 (дата)

### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: меню 2х разовое питание 12-18 лет

| Прием пищи              | Наименование блюда                       | Вес блюда   | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|--|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
|                         |  |             | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |             |
| <b>День 5</b>           |  |             |                  |              |               |                         |             |
| ЗАВТРАК                 | Каша молочная пшеничная жидкая           | 250         | 7,55             | 6,53         | 36,27         | 182,25                  | 199*(2016)  |
|                         | Батон нарезной                           | 30          | 2,25             | 0,87         | 15,42         | 78,6                    | 117(2011)   |
|                         | Сыр сычужный твердый порциями            | 12          | 3,07             | 3,13         | 0,00          | 41,16                   | 106(2011)   |
|                         | Кофейный напиток с молоком (1-й вариант) | 200         | 4,06             | 2,94         | 12,36         | 91,88                   | 513(2011)   |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b> |  | <b>492</b>  | <b>16,93</b>     | <b>13,47</b> | <b>64,05</b>  | <b>393,89</b>           |             |
| ОБЕД                    | Салат из свеклы отварной                 | 100         | 1,28             | 5,68         | 4,72          | 75,2                    | 51(2011)    |
|                         | суп из овощей со сметаной                | 250         | 2,10             | 3,69         | 12,29         | 93,56                   | 66*(2016)   |
|                         | плов                                     | 200         | 13,74            | 21,48        | 42,34         | 445,26                  | 375*(2016)  |
|                         | Компот из яблок с лимоном                | 200         | 0,14             | 0,12         | 7,86          | 33,48                   | 528(2011)   |
|                         | Хлеб пшеничный                           | 60          | 3,42             | 0,36         | 22,14         | 105,75                  | 114(2011)   |
|                         | Хлеб ржаной                              | 60          | 3,96             | 0,72         | 20,04         | 104,4                   | 115(2011)   |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>    |  | <b>870</b>  | <b>24,64</b>     | <b>32,05</b> | <b>109,39</b> | <b>857,65</b>           |             |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>   |  | <b>1342</b> | <b>41,57</b>     | <b>45,52</b> | <b>173,44</b> | <b>1251,54</b>          |             |