

Согласовано
С советом родителей
Протокол № 5 от «14» 03 2008 г.



Утверждаю
Директор ГБОУ СОШ №5 г. Сызрани
Сорокина М.А.
Приказ № 35 от 14.03.2008 г.

**Внесение изменений и дополнений
в десятидневное меню
на весенне-летний период
СП «Детский сад №29»
ГБОУ СОШ №5 г. Сызрани**

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ НА ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ ПЕРИОД (1 НЕДЕЛЯ)

ЗАВТРАК	<p>Каша «Дружба» молочная 150/200 Чай с сахаром 150/180 Бутерброд с повидлом 30/20 30/20</p>	<p>Каша пшеничная молочная 150/200 Какао с молоком 180/180 Бутерброд с маслом 35/5 35/5</p>	<p>Суп рисовый молочный 150/200 Кофейный напиток с молоком 180/180 Бутерброд с сыром 20/10 25/15</p>	<p>Каша манная молочная 150/200 Какао с молоком 180/180 Бутерброд с маслом 35/5 35/5</p>	<p>Каша гречневая молочная жидкая 150/200 Кофейный напиток с молоком 180/180 Бутерброд с сыром 20/10 25/15</p>
2-ой ЗАВТРАК	<p>Снежок 100/100 Печенье 20/20</p>	<p>Сок фруктовый или овощной 200/200</p>	<p>Снежок 100/100 Вафля 30/30</p>	<p>Ряженка 100/100 Печенье 10/20</p>	<p>Сок фруктовый или овощной 200/200 Вафля -/30</p>
ОБЕД	<p>Салат из свеклы с огурцами солеными 30/50 Суп вермишелевый с яйцом 150/200 Пюре из гороха 120/150 Шницель из говядины 60/80 Компот из сухофруктов (кураги) 150/200 Хлеб пшеничный 20/40 Ржаной 30/50</p>	<p>Салат из свежих помидоров и огурцов 30/50 Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной) 150/200 Жаркое по-домашнему 130/150 Компот из свежих ягод 150/200 Хлеб ржаной 40/50 Пшеничный 30/40</p>	<p>Салат из редиса 40/60 Суп картофельный с фасолью 150/200 Суфле куриное 130/150 Компот из сухофруктов (кураги) 150/200 Хлеб ржаной 40/50</p>	<p>Овощи натуральные соленые и свежие 30/50 Борщ с капустой и картофелем 150/200 Гуляш из говядины 60/80 Каша гречневая рассыпчатая 110/130 Компот из свежих ягод 150/200 Хлеб ржаной 40/50 Пшеничный 30/40</p>	<p>Салат летний 40/60 Рассольник ленинградский (со сметаной) 150/200 Рулет (мясной) с луком и яйцом 120/150 Компот из сухофруктов (кураги) 150/200 Хлеб ржаной 40/50 Пшеничный 30/40</p>
УТРОНЕ ВНИИ ПОЛДНИК	<p>Пудинг из творога (со ступенным молоком) 150/150 Кофейный напиток с молоком 180/200 Фрукт 95/100</p>	<p>Булочка с присыпкой 130/150 Чай с лимоном 180/200 Фрукт 95/100</p>	<p>Тефтели из рыбы 60/80 Картофельное пюре 120/150 Чай с сахаром 150/180 Хлеб пшеничный 30/40 Фрукт 95/100</p>	<p>Драчена 150/150 Кисель из плодов или ягод свежих 180/200 Фрукт 95/100</p>	<p>Рис отварной с овощами 140/150 Напиток из плодов шиповника 180/200 Фрукт 95/100</p>

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ НА ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ ПЕРИОД (2 НЕДЕЛЯ)

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<p>Каша пшеничная молочная, вязкая 150/200 Чай с сахаром 180/180 Бутерброд с маслом 35/5 35/5</p>	<p>Каша рисовая вязкая с сахаром 150/200 Кофейный напиток с молоком 180/180 Бутерброд с сыром 20/10 25/15</p>	<p>Каша ячневая вязкая с сахаром и маслом 150/200 Какао с молоком 150/180 Бутерброд с повидлом 30/20 30/20</p>	<p>Каша молочная кукурузная (жидкая) 150/200 Кофейный напиток с молоком 180/180 Бутерброд с маслом 35/5 35/5</p>	<p>Суп молочный с макаронными изделиями 150/200 Какао с молоком 180/180 Бутерброд с сыром 20/10 25/15</p>
<p>Сок фруктовый или овощной 200/200 Печенье 10/20</p>	<p>Ряженка 100/100 Вафля 30/30</p>	<p>Сок фруктовый или овощной 200/200</p>	<p>Снежок 100/100 Вафля -/30</p>	<p>Сок фруктовый или овощной 200/200 Печенье 20/20</p>
<p>Салат из зеленого горошка (кукурузы) с луком репчатым 30/50 Суп с рыбными консервами 150/200 Печень говяжья порогопановски 60/80 Макаронны отварные 120/150 Компот из сухофруктов (кураги) 150/200 Хлеб ржаной 30/50 Пшеничный 20/40</p>	<p>Салат из свежих огурцов 40/50 Суп картофельный с клецками 150/200 Капуста тушеная с куриным мясом 150/200 Компот из свежих ягод 150/200 Хлеб ржаной 40/50</p>	<p>Салат из свеклы 40/50 Суп картофельный (с гречками) 150/200 Макаронник с мясом (или печенью) 120/150 Компот из сухофруктов (кураги) 150/200 Хлеб ржаной 40/50</p>	<p>Овощи натуральные соленые и свежие 30/50 Суп картофельный с горохом 150/200 Голубцы ленивые (в сметано-томатном соусе) 120/150 Компот из свежих ягод 150/200 Хлеб ржаной 40/50 Пшеничный 30/40</p>	<p>Салат из свежих помидоров с луком 40/50 Свекольник (Борщ с картофелем) 150/200 Биточки из говядины 60/80 Пюре картофельное 120/150 Компот из сухофруктов (кураги) 150/200 Хлеб пшеничный 30/40 Хлеб ржаной 30/50</p>
<p>Ватрушка с творогом 130/150 Какао с молоком 180/200 Фрукт 95/100</p>	<p>Рыба, тушенная с овощами 130/150 Чай с лимоном 180/200 Хлеб пшеничный 20/40 Фрукт 95/100</p>	<p>Ватрушка с повидлом 130/150 Кисель из плодов или ягод свежих 180/200 Фрукт 95/100</p>	<p>Запеканка из творога с морковью (со стуженным молоком) 150/150 Чай с сахаром 180/180 Фрукт 95/100</p>	<p>Пирожок с яблоком 130/150 Напиток из плодов шиповника 180/200 Фрукт 95/100</p>

данные для теплого времени года
 сортная категория: ясли\сад

п/п	Пищевые вещества (г)										Углеводы		Энергетическая ценность (ккал)		
	Выход блока					Жиры					ясли		сад		
	ясли	сад	белки ясли	сад	ясли	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
п/п 1	1455	1770	65,31	77,53	50,29	56,69	203,58	252,22	1546,81	1874,58					
п/п 2	1505	1760	40,71	47,7	49,5	58,67	212,48	247,3	1431,3	1726,84					
п/п 3	1455	1760	56,25	68,02	61,39	72,76	172,48	210,74	1561,95	1898,42					
п/п 4	1475	1740	49,84	58,12	43,16	61,2	176,18	213,06	1532,72	1818,32					
п/п 5	1505	1800	43,5	52,73	52,68	65,21	197,36	248,17	1353,55	2028,8					
п/п 6	1545	1860	50,81	64,75	47,53	56,81	232,61	290,59	1371,55	1663,76					
п/п 7	1445	1740	45,12	55,14	38,82	45,35	239,97	284,96	1486,15	1763,07					
п/п 8	1455	1730	45,84	55,48	50,18	63,43	197,28	235,4	1435,95	1780,74					
п/п 9	1415	1670	56,23	64,59	48,18	51,8	222,13	266,85	1506,94	1829,94					
п/п 10	1565	1860	41,42	51,8	502,61	606,2	2062,2	2506,73	14852,01	18156,48					
итого за весь период	14820	17690	495,03	595,86	502,61	606,2	2062,2	2506,73	14852,01	18156,48					
среднее значение за период	1482	1769	49,5	59,5	50,2	60,6	206,2	250,6	1485	1815					

Адрес: Воронеж
 Пискаревский район
 поселок Адытского времени года
 производственная территория, лесхоз

Итого за период	Пищевые вещества (С)		Жиры		Углеводы		Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры		
	белки	жир	белки	жир	белки	жир	белки	жир			
Итого за период	150	200	5,39	7,41	5,62	7,41	20,33	26,61	131,94	199,59	168
Каша из пшеничной муки	180	180	3,67	3,19	3,19	15,82	15,82	107	107	107	415
Каша с яблоком	40	40	2,45	7,55	7,55	14,62	14,62	136	136	136	1
Бульон с мясом	370	420	11,51	13,21	16,36	18,15	50,77	57,05	394,94	442,59	130
Сок фруктовый или овощной	200	200	1	0,2	0,2	20,2	20,2	92	92	92	
Итого	200	200	1	0,2	0,2	20,2	20,2	92	92	92	
Итого	570	620	12,51	14,21	16,56	18,35	70,97	77,25	486,94	534,59	
Итого за период	30	50	0,28	0,48	1,83	3,06	1,11	1,85	22,26	37,11	32
Сметана	150	200	1,34	1,67	2,9	3,9	5,22	6,9	53,2	71,8	73,59
Сметана с сахаром	130	150	11,5	13,2	12	14,5	11,18	12,9	209,9	242,3	54-9м-2020
Сметана с сахаром и орехами	150	200	0,22	0,3	0,09	0,12	16,61	22,15	68,1	90,8	393
Итого	40	50	2,6	3,2	0,5	0,6	13	16,2	67,6	84,5	415
Хлеб	30	40	2,36	3,12	0,3	0,4	14,48	19,2	69	94	415
Хлеб из пшеницы	530	600	18,3	21,97	17,62	22,58	61,6	79,2	490,06	620,5	
Итого	130	150	9,4	10,99	13,3	17,72	60,4	69,75	371,5	482,25	770
Итого за период	180	200	0,12	0,13	0,02	0,02	10,2	11,3	41	45,5	412
Итого за период	95	100	0,38	0,4	0	0	9,31	9,8	41,8	44	368
Итого за период	405	450	9,9	11,52	17,74	21,48	79,91	90,85	454,3	571,75	
Итого за период	1505	1760	40,71	47,7	49,5	58,67	212,48	247,3	1431,3	1726,84	
Итого за период			42	54	47	60	203	261	1400	1800	

Данные за период:
 Ноябрь-декабрь
 (данные для теплого времени года
 Возрастная категория: ясли-сад)

Пример наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)				Жиры				Углеводы				Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
	ясли	сад	Белки		Жиры		Углеводы		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
			ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад									
Десерт Завтрак	150	200	4,5	6	6,15	8,2	21,9	29,3	161,2	215	304						
Каша манная молочная Буженица с маслом	40	40	2,45	2,45	7,55	7,55	14,62	14,62	136	136	1						
Каша с молоком	180	180	3,67	3,67	3,19	3,19	15,82	15,82	107	107	415						
Итого	370	420	10,62	12,12	16,89	18,94	52,34	59,74	404,2	458							
Печенье	10	20	0,42	0,85	1,12	2,24	4,56	9,13	30,05	60,1	10.10.1.1 394						
Ряженка	100	100	2,9	2,9	3,2	3,2	4	4	50	50	251						
Итого	110	120	3,32	3,75	4,32	5,44	8,56	13,13	80,05	110,1							
Итого завтрак	480	540	13,94	15,87	21,21	24,38	60,9	72,87	484,25	568,1							
Овощи натуральн ые соленые и свежие	30	50	0,24	0,4	0,03	0,05	0,75	1,25	4,2	7	70						
Борщ с капустой и картофеле м	150	200	1,25	1,66	2,96	3,94	7,68	10,24	63,9	85,2	63,59						
Туляш из говядины	60	80	10,1	13,5	10,1	13,5	2,3	3,1	141,6	188,9	54.2м- 2020						
Каша гречневая рассыпчат ая	110	130	3,6	4,5	5,07	6,3	17,52	21,9	210,2	262,7	186						
Хлеб пшеничны й	30	40	2,36	3,12	0,3	0,4	14,48	19,2	69	94	415						
Хлеб ржаной	40	50	2,6	3,2	0,5	0,6	13	16,2	67,6	84,5	415						
Компот из свежих ягод	150	200	0,22	0,3	0,09	0,12	16,61	22,15	68,1	90,8	393						
Итого	570	750	20,37	26,68	19,05	24,91	72,34	94,04	624,6	813,1							
Дрочка	150	150	15,03	15,03	20,62	20,62	8,91	8,91	282,35	282,35	242						
Фрукт	95	100	0,38	0,4	0	0	9,31	9,8	41,8	44	368						
Кисель из плохов или ягод	180	200	0,12	0,14	0	0	24,72	27,44	99,72	110,77	378						
Итого свежих	425	450	15,53	15,57	20,62	20,62	42,94	46,15	423,87	437,12							
Итого за четверты й день	1475	1740	49,84	58,12	60,88	69,91	176,18	213,06	1532,72	1818,32							
			42	54	47	60	203	261	1400	1800							

Итого по предприятию
 в том числе по предприятию
 в том числе по предприятию
 в том числе по предприятию

Код	Наименование	Валовый доход		Пшеница пшеница (т)		Жиры		Углеводы		Энергетическая		№ рецептуры
		млн	тыс.	млн	тыс.	млн	тыс.	млн	тыс.	млн	тыс.	
1	Блюда	150	200	5,25	7	7,8	10,4	18,75	25	166,75	222,4	64
2	Блюда с молочными продуктами	180	180	2,85	2,85	2,41	2,41	12,75	12,75	91	91	41,4
3	Блюда с мясом	30	40	2,1	2,62	2,81	3,51	6,45	8,06	60	75	3
4	Блюда с овощами	360	420	10,2	12,47	13,02	16,32	37,95	45,81	317,75	388,4	
5	Итого	0	30	0	1,12	0	9,15	0	18,75	0	162,75	10.10.1.1
6	Сок	200	200	1	1	0,2	0,2	20,2	20,2	92	92	130
7	Фруктовые напитки	200	230	1	2,12	0,2	9,35	20,2	38,95	92	254,75	
8	Итого	560	650	11,2	14,59	13,22	25,67	58,15	84,76	409,75	643,15	
9	Салат	40	60	0,48	0,73	2,07	3,11	2,5	3,8	31	46,5	16
10	Рисовый	150	200	2,46	3,28	3,6	4,8	15,57	16,76	87,08	116,11	33
11	Лепешки (соевые)	120	150	19,4	22,3	18,6	21,4	16,25	18,75	316,22	364,86	312
12	Итого	150	200	0,78	1,04	0	0	20,22	27	80,6	107,44	122
13	Компот из сухофруктов	30	40	2,36	3,12	0,3	0,4	14,48	19,2	69	94	41,5
14	Хлеб	40	50	2,6	3,2	0,5	0,6	13	16,2	67,6	84,5	41,5
15	Итого	530	700	28,08	33,67	25,07	30,31	82,02	101,71	651,5	813,41	
16	Рис	140	150	3,23	3,4	4,62	4,95	29,21	31,2	171,5	183,75	14
17	Итого	180	200	0,61	0,67	0,25	0,27	18,67	20,7	79	87,7	41,7
18	Итого	95	100	0,38	0,4	0	0	9,31	9,8	41,8	44	3,68
19	Итого	415	450	4,22	4,47	4,87	5,22	57,19	61,7	292,3	315,45	
20	Итого за период	1505	1800	43,5	52,73	43,16	61,2	197,36	248,17	1353,55	1772,01	
21	Итого			42	54	47	60	203	261	1400	1800	

Пронумеровано, прошнуровано,
скреплено печатью 4
(силь) листов
Директор ГБОУ СОШ №5
Сорокина М.А. Сорокина

