

СОГЛАСОВАНО:

**Начальник ТО
Управления Роспотребнадзора
по РД в г. Кизляре**

Т.Р. Каяев

20__ г.



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МКОУ СОШ №4

г. Кизляр

Т.В. Антонова

20__ г.



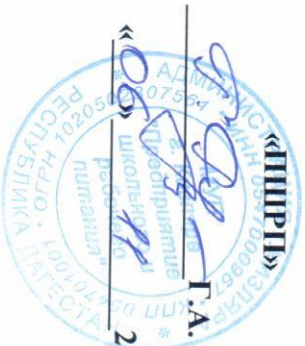
СОГЛАСОВАНО:

Директор МУП г. Кизляра

«ИПРП»

Г.А. Русина

2020 г.



Примерное двухнедельное меню

на ноябрь 2020 г.

для детей с 7 до 11 лет

МКОУ СОШ № 4

г. Кизляр

ул. Коммунистическая, 1

Горячие завтраки ноябрь 2020 г

реп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энерг. ценность (Ккал)	Витамины, мг							Минеральные вещества, мг							Цена порции
			Б	Ж	У	ккал		В1	А	С	Са	Р	Мг	Fe	Ca	Р	Мг	Fe				
	1-день 9.11.2020 г. Понедельник		гр., мл	Б	Ж	У	ккал	В1	А	С	Са	Р	Мг	Fe								
	Салат «Витаминный»	60	0.9	0.1	5.6	27	0.037	3	21.96	24			7.2	0.282				6-89				
	Котлеты из говядины	50	6.8	6.9	4.4	109.2	0.039	64.3	0.71	36.39			14.44	1.051				25-69				
302	Каша гречневая (вязкая)	150	4.8	1.2	25.7	135												6-78				
	Хлеб ржаной	30	2.6	1	12.8	77.7	0.13	0		21.9			12	0.849				1-45				
638	Компот из сухофруктов Аскорбиновая кислота	200 0,025	1.46	0.30	30.56	125.32												7-49 0-08				
	Яблоко	131	0.5	0.5	12.8	61.6	0.039	6.6	13.1	20.96			11.79	2.882				12-62				
	Итого		17,06	10,00	91,86	535,82												61-00				
	2-день 10.11.2020 г. Вторник																					
97	Сыр «Сулугуни» порционно	10	2	1.9	0	24.7												7-10				
	Масло сливочное порционно	10	0.1	7.3	0.1	66.1	0.001	45	0	2.4			0.05	0.02				6-94				
302	Каша рисовая молочная	200	6	6	32	194												17-01				
	Хлеб пшеничный	30	2,4	1,2	13,5	75,0	0,04	0,002	-	4,69				0,56				1-27				

реп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энерг. ценность (Ккал)	Витамины, мг							Минеральные вещества, мг						Цена порции
			Б	Ж	У	Y		В1	А	С	Са	Р	Мg	Fe							
	7-день 16.11.2020 г. Понедельник																				
	Сагаг «Витаминный»	60	0,9	0,1	5,6	27	0,037	3	21,96	24			7,2	0,282		6-89					
	Котлеты из говядины	50	6,8	6,9	4,4	109,2	0,039	64,3	0,71	36,39			14,44	1,051		25-69					
302	Каша гречневая (вязкая)	150	4,8	1,2	25,7	135										6-78					
	Хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7	0,13	0		21,9			12	0,849		1-45					
638	Компот из сухофруктов Аскорбиновая кислота	200 0,025	1,46	0,30	30,56	125,32										7-49 0-08					
	Яблоко	131	0,5	0,5	12,8	61,6	0,039	6,6	13,1	20,96			11,79	2,882		12-62					
	Итого		17,06	10,00	91,86	535,82										61-00					
	8-день 17.11.2020 г. Вторник																				
97	Сыр «Сулугуни» порционно	10	2	1,9	0	24,7										7-10					
	Масло сливочное порционно	10	0,1	7,3	0,1	66,1	0,001	45	0	2,4			0,05	0,02		6-94					
302	Каша рисовая молочная	200	6	6	32	194										17-01					
	Хлеб пшеничный	30	2,4	1,2	13,5	75,0	0,04	0,002	-	4,69				0,56		1-27					

Составлено на основании:

Сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах.

Под общей редакцией В.Т. Лапшиной

Примечание:

1. Согласно п. 10.3 СанПин 2.4.4.2599-10 блюда приготавливаются с использованием йодированной соли.
2. Согласно п. 10.3 СанПин 2.4.4.2599-10 в целях профилактики недостаточности витамина С проводится искусственное С-витаминизация готовых блюд аскорбиновой кислотой. Препарат вводят в компоты, кисели и т.д., после их охлаждения до 15 градусов (для компота) и 35 градусов (для киселя) в количестве до 20 мг непосредственно перед реализацией.
Витаминизированные блюда не подогреваются.

Технолог