УТВЕІ	РЖДАЮ		
-		 	

Примерное десятидневное меню одноразового питания для возрастных групп 6-10 лет, 11-18 лет на осенний период в учреждениях общего среднего образования

1 день										
Наименование блюда		6-10 :	лет		11 19 207					
тытменование отнода	Выход, г			11-18 лет Выход, г						
Dronoğ zaprnazı		Выхо,	д, 1			Был	юд, г			
Второй завтрак	1	160	<u> </u>		Ī	2	00			
Фриттата 110-мексикански Овощное плато	риттата "По-мексикански" 160 вошное плато 40				200 40					
Витоша	27					27				
Чай с лимоном*	200/7						0/7			
	Б Ж У Ккал			Б Ж У Ккал						
Итого	21,95	38,93	33,98	574,09	26,93	46,75	34,86	667,91		
Энергетическая ценность, %	21,50	24,9		, , , , , ,	20,50	<u> </u>	,74	, , .		
2 день		<u> </u>			<u> </u>		<u> </u>			
Наименование блюда		6-10	пет			11 1	8 лет			
тилисповите отоди		Выхо					юд, г			
Втопой завтнак	1	DBIAO,	~, ·		<u> </u>	Daix	, 1			
Второй завтрак	1	40					<u> </u>			
Салат "Гродненский" Бифштекс "Сочный"	 	40 70					50 30			
*		160								
Пюре картофельное Компот из изюма*		200			180 200					
Хлеб ржаной		200					25			
•	Б	Ж	У	Ккал	Б	Ж	У	Ккал		
Итого	16,35	30,53	58,94	575,93	19,13	35,66	64,95	657,26		
Энергетическая ценность, %	10,33	25,0		373,73	17,13	,	,34	037,20		
3 день			, ,				,			
Наименование блюда	1	6-10 :	лет			11-1	8 лет			
	Выход, г				Выход, г					
Второй завтрак			-							
Запеканка творожная "День-ночь"	1	170)		1	2	00			
Морковь с сахаром		40			40					
Мармелад		10			10					
Чай с апельсином		200/	/7		200/7					
Хлеб пшеничный		20			20					
	Б	Ж	У	Ккал	Б	Ж	У	Ккал		
Итого	28,25	17,46	73,55	564,34	32,83	20,48	80,44	637,4		
Энергетическая ценность, %		24,5	54		23,61					
4 день										
Наименование блюда	6-10 лет			11-18 лет						
	Выход, г			Выход, г						
Второй завтрак										
Салат из свежих помидоров и огурцов (с		60)				30			
POTHOTIN TURON)	90				110					
Оладьи из печени**		90		130			150			
Оладьи из печени** Макаронные изделия отварные						1	50			
Макаронные изделия отварные)				50 10			
7.1		130)			1				
Макаронные изделия отварные Фрукт (груши)		130 110)) /7			20	10			
Макаронные изделия отварные Фрукт (груши) Чай с лимоном* Хлеб ржаной	Б	130 110 200)) /7	Ккал	Б	20	10	Ккал		
Макаронные изделия отварные Фрукт (груши) Чай с лимоном*	Б 22,98	130 110 200, 20	у 65,76	Ккал 542,43	Б 28,05	1 20 3 米 25,49	10 0/7 30	Ккал 646,69		

5 день									
Наименование блюда		6-10		11-18 лет					
	Выход, г				Выход, г				
Второй завтрак									
Манник "Полосатик"		220	200			25/	\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\		
Сметана (добавка)	220/20				250/25				
Фрукт (апельсин)	120				160				
Какао с молоком*	200				200				
Хлеб пшеничный	20				20				
Итого	Б	Ж	У	Ккал	Б	Ж	У	Ккал	
211010	18,51	12,97	92,78	561,89	20,6	14,87	103,31	629,47	
Энергетическая ценность, %		24,4	1 3			23	,31		
6 день									
Наименование блюда		6-10	лет		11-18 лет				
		Выхо	д, г			Вых	од, г		
Второй завтрак									
Огурец "Закусочный"		60				8	30		
Бабка картофельная со свининой		200/	20			250)/25		
Сметана (добавка)					.				
Йогурт		150					50		
Кофейный напиток с молоком*	-	200		l			00	T	
Итого	Б	Ж	У	Ккал	Б	Ж	У	Ккал	
	12,06	25,77	73,31	573,41	13,49	31,03	82,74	664,19	
Энергетическая ценность, %		24,9	93			24	,60		
7 день	1	(10			ī		0		
Наименование блюда		6-10			11-18 лет				
n v		Выхо	Д, Г			Вых	од, г		
Второй завтрак					_				
Салат "Изысканный"		60			70				
Поджарка**		55/2			75/25 150				
Каша вязкая гречневая		200			150 200/7				
Чай с лимоном*					200//				
Хлеб ржаной	20 Б Ж У Ккал					Ж	У	Ккал	
Итого	16,86	32,53	45,92	543,89	Б 20,25	39,75	50,09	639,11	
Энергетическая ценность, %	10,00	23,0		343,07	20,23		,67	037,11	
8 день		20,0				25	,07		
Наименование блюда		6-10	лет			11-1	8 лет		
типпоновине отоди		Выхо			Выход, г				
Второй завтрак									
Омлет с колбасой		150	0		170				
Бутерброд "Крок Мисье"		30			40				
Вафельный батончик		35			35				
Чай с сахаром*		200			200				
•	Б	Ж	У	Ккал	Б	Ж	У	Ккал	
Итого	12,06	25,77	73,31	573,41	22,56	46,08	38,72	659,84	
Энергетическая ценность, %		24,9		-		24	,44	-	
9 день	-				_				
Наименование блюда		11-18 лет Выход, г							
	6-10 лет Выход, г								
Второй завтрак									
Салат из свежих огурцов*	60				80				
Плов**	50/120				60/140				
Фрукт (яблоко)	130				130				
Сок	200				200				
Хлеб ржаной	20				20				
Итого	Б	Ж	У	Ккал	Б	Ж	У	Ккал	
	16,12	25,72	67,82	567,24	19,53	31,8	75,1	664,72	
Энергетическая ценность, %		24,0	56			24	,62		
10 день									
Наименование блюда	6-10 лет				11-18 лет				
	Выход, г					Вых	од, г		
Второй завтрак									

Салат "Мозаика"	50				65				
Наггетсы "Морские"**	70				95				
Пюре картофельное	130				160				
Гематоген	40				40				
Чай "Нэсти"	200				200				
Хлеб ржаной	20			20					
Ш	Б	Ж	У	Ккал	Б	Ж	У	Ккал	
Итого	20,84	15,73	80,92	548,61	26,52	20,14	88,26	640,38	
Энергетическая ценность, %	23,85				23,72				

примечания:

Нормы хлеба могут меняться с учетом его фактического потребления (Постановление СовМин РБ от 27.04.2013 №317).

Допускается сезонная заменая сухофруктов свежими фруктами.

Допускается замена овощей и фруктов по сезону.

Допускается замена меню по дням недели.

Разработал инженер-технолог

В.В. Сухоцкая

Утвердил начальник отдела

И.И. Федутик

^{* -} С-витаминизация.

^{** –} двухэтапная термическая обработка.