

Согласовано
 Начальник территориального отдела
 Управления Роспотребнадзора по РБ
 В Северо-Байкальском районе
 Алексеев С.А.

Утверждаю
 Директор МБОУ «СОШ №36»
 Любомирская О.В.



Форма циклического меню

День – 1 период - осенне-зимний
 Неделя – первая
 Возрастная категория – 7-11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход гр.	Пищевые вещества			Энергет. ценность к/кал
			Б	Ж	У	
101	Каша рисовая жидкая	200	6,94	7,2	30,48	250,52
243	Какао	200	4,85	5,04	32,73	195,71
344	Хлеб с маслом	50	1,7	15,1	10,26	183,6
342	Сыр Российский	15	3,48	4,4	0	54,6
Всего			16,97	31,74	82,47	684,43

День – 2 период - осенне-зимний
 Неделя – первая
 Возрастная категория – 7-11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход гр.	Пищевые вещества			Энергет. ценность к/кал
			Б	Ж	У	
22	салат из свеклы	50	0,7	5,04	4,61	66,64
173	плов с говядиной	200	24,33	20,69	33,71	448,37
пром	сок	200	1	0,2	20,2	92
пром	хлеб	50	5,32	0,62	32,5	149,52
Всего			31,35	26,55	91,02	726,83

День – 3 период - осенне-зимний
 Неделя – первая
 Возрастная категория – 7-11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход гр.	Пищевые вещества			Энергет. ценность к/кал
			Б	Ж	У	
160	голубцы ленивые	100	6,56	6,69	4,93	106,21
83	рагу из овощей	200	3,72	14,87	22,57	238,99
271	чай с сахаром	200	0,12		12,04	48,64
пром	хлеб	50	5,32	0,62	32,5	149,52
97	яблоко	150	0,6	0,614,3	68,6	149,52
Всего			16,32	22,79	140,64	692,88

День – 4 период - осенне-зимний
 Неделя – первая
 Возрастная категория – 7-11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход гр.	Пищевые вещества			Энергет. ценность к/кал
			Б	Ж	У	
19	салат из свеклы и моркови	100	1,32	10,08	7,68	126,08
204	макарон. изделия отварные	150	5,52	5,3	35,33	211,1
171	котлета мясная	70	10,68	11,72	5,74	176,75
255	компот из с/фруктов	200	0,56		27,89	113,79
пром	хлеб	50	5,32	0,62	32,5	149,52

Всего			23,4	27,72	109,14	777,24
-------	--	--	------	-------	--------	--------

День – 5 период - осенне-зимний

Неделя – первая

Возрастная категория – 7-11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход гр.	Пищевые вещества			Энергет. ценность к/кал
			Б	Ж	У	
9	салат из моркови	50	0,57	5,04	5,19	68,4
216	картофельное пюре	150	3,2	6,06	23,3	160,46
143	котлета рыбная	70	10,36	1,93	6,79	85,93
271	чай с сахаром	200	0,12		12,04	48,64
пром	хлеб	50	5,32	0,62	32,5	149,52
пром	шоколад	40	2,8	13,6	21,2	220
Всего			22,37	27,25	101	732,95

День – 6 период - осенне-зимний

Неделя – первая

Возрастная категория – 7-11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход гр.	Пищевые вещества			Энергет. ценность к/кал
			Б	Ж	У	
4	салат из капусты с морковью	50	0,42	2,53	2,66	35,01
204	макарон.изделия отварные	150	5,52	5,3	35,33	211,1
162	гуляш	100	21,68	24,21	6,74	311,53
255	компот из с/фруктов	200	0,56		27,89	113,79
пром	хлеб	50	5,32	0,62	32,5	149,52
Всего			33,5	32,66	105,12	820,95

День – 7 период - осенне-зимний

Неделя – первая

Возрастная категория – 7-11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход гр.	Пищевые вещества			Энергет.ценность к/кал
			Б	Ж	У	
206	горошек зеленый консерв	50	1,57	1,65	3,5	38,94
216	картофельное пюре	150	3,2	6,06	23,3	160,46
154	рыба тушеная с овощами	140	14,52	8,03	7,51	160,29
247	кисель	200	1,36		29,02	116,19
пром	хлеб	50	5,32	0,62	32,5	149,52
Всего			30,25	24,44	126,89	679,05

День – 8 период - осенне-зимний

Неделя – первая

Возрастная категория – 7-11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход гр.	Пищевые вещества			Энергет.ценность к/кал
			Б	Ж	У	
93	каша дружба	200	6,55	8,33	35,09	241,11
258	кофейный напиток	200	2,79	3,19	19,71	118,69
299	ватрушка с творогом	60	7,08	2,63	41,81	219,07
345	хлеб с маслом	45	1,27	11,3	7,7	137,5
Всего			17,69	25,45	104,31	716,37

День – 9 период - осенне-зимний

Неделя – первая

Возрастная категория – 7-11 лет

№	Наименование	Выход	Пищевые вещества			Энергет. ценность
---	--------------	-------	------------------	--	--	-------------------

рецептуры	блюда	гр.	Б	Ж	У	к/кал
122	омлет с сыром	140	7,33	10,6	1,15	130,42
257	напиток кофейный на сгущ	200	2,01	2,39	25,65	131,87
пром	хлеб	50	5,32	0,62	32,5	149,52
101	яблоко	200	2,18	0,66	45,68	178
Всего			16,84	14,27	104,98	589,81

День – 10 период - осенне-зимний

Неделя – первая

Возрастная категория – 7-11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход гр.	Пищевые вещества			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	к/кал
2	салат витаминный	50	0,57	5,07	5,77	70,97
196	каша гречневая рассыпчат	150	8,73	5,43	45	263,81
182	тефтели из говядины с рис	70	9,16	13,53	9,44	196,14
247	кисель	200	1,36	0	29,02	116,19
пром	хлеб	50	5,32	0,62	32,5	149,52
Всего			25,14	24,65	121,73	796,63

Циклическое меню составлено Санпин 2.4.5.2409-08 п. 6.10.6.13.6.15

ГОУ ВПО "ПГМА" им. Акад.Е.А.Вагнера Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьной столовой.

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в образовательных учреждениях. Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов, и детских оздоровительных учреждений.