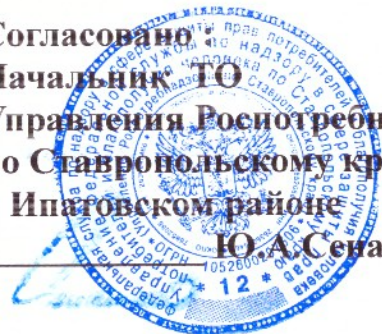


Согласовано  
Начальник ТО  
Управления Роспотребнадзора  
по Ставропольскому краю  
в Ипатовском районе  
Ю.А.Сенатенко



Утверждаю:  
Начальник отдела образования  
администрации Апанасенковского  
муниципального района  
В.Г.Теслицкий



**ПРИМЕРНОЕ**  
**10-тидневное меню горячих завтраков**  
**для организации питания детей за счет средств муниципального бюджета.**

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход гр 5-11 кл	белки	жиры	Углеводы	Энерг ценнос ккал	ВИ	ТА	МИ	НН	Минер- Са	льные	веще М g	ства Fe
							В1	С	А	Е		Р		
	<b>1 день :</b>													
\04	Куры тушен с овощами	200	17,6	19,6	32,2	325	0,09	6,2	1,13	0,26	43,98	227,08	109	2,17
685\04	Чай с сахаром	200	0	0	15,01	58	0	0,1	0	0,14	5,25	8,24	4,4	0,83
	Хлеб пшеничный	40	2,45	0,9	14,94	78	0,01	6,68	0	0	8,05	9,78	5,24	0,9
	ИТОГО :		20,05	20,05	62,15	461	0,1	13,08	1,13	0,4	54,82	245,25	118,6	3,39
	<b>2 день:</b>													
315/04	Запеканка рис с творогом со сметан (сгущ.,варенье)	200/20	10,55	10,5	50,4	330	0,05	0,38	0,12	3,15	19,22	36,46	0,29	0,95
639\04	Компот из сухофруктов	200	0	0	9,98	104	0	0,04	0	0	0,2	0	0	0,03
	Хлеб пшеничный	40	2,45	0,9	14,94	78	0,01	6,68	0	0	8,05	9,78	5,24	0,9
	ИТОГО :		19,0	16,4	80,32	512	0,06	7,1	0,12	3,15	27,47	46,24	5,53	1,88
	<b>3 день:</b>													
374/04	Рыба тушенная с овощами	100/30	18,6	27,09	23,15	340	0,1	0,48	0,1	0	128,6	73,6	19,98	2,4
520/04 518/04	Картофельное пюре или Картофель отварной	200	4,2	11,0	29,2	252	0,04	0,21	0,045	0,18	140,8	95,85	0,68	0,6
685\04	Чай с сахаром и лимоном	200	0	0	15,01	58	0	0,1	0	0,14	5,25	8,24	4,4	0,83
	Хлеб пшеничный	40	2,45	0,9	14,94	78	0,01	6,68	0	0	8,05	9,78	5,24	0,9
	ИТОГО :		37,75	39,69	88,7	728	0,12	12,36	0,1	0,21	163,4	113,63	41,62	4,83
	<b>4 день :</b>													
281/04	Биточки мясные паровые	100	11,64	8,99	19,34	266	0,064	0	0,02	1,34	14,5	119,57	24,1	0,12
511/04	Каша гречневая с мас	180/7	10,8	12,1	30,1	290	0,045	0,216	0,045	0,18	140,85	95,85	15,66	0,684

693/04	Какао с молоком	200	4,9	5	32,5	170	0,048	1,56	0,032	1,648	144,0	108,0	16,8	0,072
	Хлеб пшеничный	40	2,45	0,9	14,7	78	0,01	6,68	0	0	8,05	9,78	5,24	0,9
	ИТОГО :		29,8	28,9	96,7	804	0,68	8,23	0,23	2,98	307,4	323,42	61,8	1,77
	<b>5 день :</b>													
302\04	Каша молочная с крупой с маслом и сахаром	200\7	7	13	33	287	0,22	1,22	0,1	2,04	141,23	227,08	68,76	1,66
3\04	Бутерброд с сыром	30\5\15	10,8	12,34	21,3	167	0,09	12,5	0,13	0,2	164,4	133,9	27,34	1,38
692/04	Кофейный напиток с моло	200	2,8	3,7	27,9	156	0,02	0,65	0,01	0	60,4	45	7	0,09
	ИТОГО :		20,6	25,34	82,2	610	0,33	14,37	0,24	2,24	224,8	405,98	103,1	3,13
	<b>6 день :</b>													
493/04	Грудка курин туш в т/с	100/30	10,8	12,34	21,3	251	0	0,05	0	0	49,14	0	29,5	1,19
521/04	Рис припущенный с мас	180	7,38	9,7	75,04	284	0,04	0	0,06	0,26	6,44	106,32	37,02	0,7
101/04	Горошек зеленый конс отв	30	1,0	1,7	5,6	110	0,01	5,1	0	0,07	21,5	22,01	12	0,07
685\04	Чай с сахаром	200	0,21	0	15,01	58	0	0,1	0	0,14	5,25	8,24	4,4	0,83
	Хлеб пшеничный	40	2,45	0,9	14,7	78	0,01	6,68	0	0	8,05	9,78	5,24	0,9
	ИТОГО :		21,84	24,64	131,7	781	0,02	11,93	0	0,21	83,94	40,03	51,14	2,99
	<b>7 день :</b>													
462/04	Тефтели с рис в соусе том	100/30	18,06	22,2	19,48	284	0,13	10,93	7,39	2,98	66,04	174,97	59,82	2,01
332\04	Макароны отвар с маслом	180/7	6,8	12,2	23,6	163	0,14	0	0,05	1,2	49,14	72,07	29,5	1,18
2	Овощная нарезка	30	0,9	2,1	3,9	85	0,02	0,21	1,46	3,35	1,9	26,76	0,28	0,5
685\04	Чай с сахаром	200	0,2	0	15,01	58	0	0,1	0	0,14	5,25	8,24	4,4	0,86
	Хлеб пшеничный	40	2,45	0,9	14,7	78	0,01	6,68	0	0	8,05	9,78	5,24	0,9
	ИТОГО :		28,41	34,5	76,79	583	0,28	17,71	7,44	4,32	128,48	265,06	98,96	4,
	<b>8 день:</b>													
436/04	Жаркое по домашнему	200	11,1	19,0	21,3	212	0,16	43,5	0,06	0	16,3	0	29,5	1,19

[illegible]