Общество с ограниченной ответственностью

«Вкусняшки»

Согласованно:

Директор МАОУ «СОШ»№81 г.Пермь

_____/Куклина А.В./

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «Вкусняшки»

_____/Кулемина Н.Х./

Примерное десятидневное меню

Для организации питания детей 11-18 лет

МАОУ «СОШ №81» г. Перми

На весеннее-летний период

ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ
В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ
И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА

УПРАВЛЕНИЕФЕДЕРАЛЬНОЙ СЛУЖБЫ ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА ПО ПЕРМСКОМУ КРАЮ
(Управление Роспотребнадзора по Пермскому краю)
614016, г. Пермь, ул. Куйбышева, 50
Тел. (342) 249-51-63, факс (342) 239-31-24
E-mail: urpn-permkrai@mail.ru
www.rpn-permkrai.ru
ОКПО 75499052; ОГРН 1045900565556
ИНН/КПП 5904120220/590401001

[illegible] № [illegible]

На № _____ от _____

Директору ООО «Вкусняшки»
Кулеминой Н.Х.

Коломенская улица, 5-64,
614025, г. Пермь

О рассмотрении примерного меню.

Управление Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Пермскому краю, рассмотрев заявление № 8556 от 09.10.2013г. директора ООО «Вкусняшки» Кулеминой Н.Х. и заключение ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Пермском крае» № 806 от «23» июля 2012 г., примерные 10-дневные меню для детей 7-11 лет и 11-18 лет на весенне-летний и осенне-зимний периоды, установило следующее:

примерные 10-дневные меню для детей 7-11 лет и 11-18 лет на весеннее - летний и осеннее - зимний периоды, разработанные ЗАО «Уральский региональный центр питания» для общеобразовательных учреждений, согласно заключения ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Пермском крае» № 806 от 23.07.2012 г. не противоречат требованиям СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования» и могут использоваться для обеспечения питания учащихся общеобразовательных учреждений.

Заместитель руководителя В.А.Хорошавин

Лудина В.Н.
239-31-29

Использована литература:

- Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации»

Издательство: ООО»Уральский региональный центр питания» ГБОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. Акад. Е.А. Вагнера» 5-е издание, переработанное и дополненное, г. Пермь 2013 г.

- СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требованияк организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, начального и среднего профессионального образования», 2008 г.

"Утверждаю"

_____ //

ООО "Вкусняшки"

День 1

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ 2-Я СТУПЕНЬ (11-18 ЛЕТ)

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	КОМПЛЕКС 1													
250,2013г	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ 250	250	6,13	6,10	40,51	241,47	0,08	0,05	0,12	25,2	30,19	62,18	12,06	0,60
94,2013г	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	15/30г	2,36	12,62	14,88	182,48	0,04	0,03		60,0	9,60	24,00	4,20	0,36
497, 2013г	КАКАО С МОЛОКОМ	200г	4,86	4,00	9,15	92,04	0,06	0,21	1,17		170,95	156,25	40,75	1,31
	Итого по подмену:		13,35	22,72	64,54	515,99	0,18	0,29	1,29	85,2	210,74	242,43	57,01	2,27
	КОМПЛЕКС 2													
229,2008Г.	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ ОТВАРНОЙ	20Г	1,83	0,07		7,94								
395, 2013г	СОСИСКА, САРДЕЛЬКА, КОЛБАСА ОТВАРНАЯ	1 шт	6,60	14,34	0,24	156,42	0,11	0,09			21,00	95,40	12,00	1,08
237,2013г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ(180)	180	10,50	9,50	52,36	336,95		0,18	5,98	32,8	18,57	249,80	166,00	5,58
108, 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30г	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
493,2013г	ЧАЙ С САХАРОМ	200г			1,53	6,13					0,46	0,02	0,01	0,05
	Итого по подмену:		21,21	24,15	68,89	577,76	0,14	0,28	5,98	32,8	46,03	364,72	182,21	7,04
	КОМПЛЕКС 3													
142,2013г	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	1,91	5,95	9,07	97,97	0,06	0,06	30,32	7,5	37,77	47,58	20,71	0,74
381,2013	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ 70	70	11,44	12,37	0,39	158,63	0,04		0,08		9,22	133,95	19,63	1,13
291,2013Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 180	180	6,90	7,99	42,22	268,38	0,11	0,03		34,0	13,67	55,79	9,79	1,00
229,2008Г.	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ ОТВАРНОЙ	20Г	1,83	0,07		7,94								
108, 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30г	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
109, 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30г	2,34	0,42	11,19	57,90	0,03	0,01			6,90	31,80	7,50	0,93
493,2013г	ЧАЙ С САХАРОМ	200г			1,53	6,13					0,46	0,02	0,01	0,05

"Утверждаю"

_____ //

ООО "Вкусняшки"

День 2

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ 2-Я СТУПЕНЬ (11-18 ЛЕТ)

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	КОМПЛЕКС 1													
253,2013г.	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ 250	250	7,69	14,21	50,29	359,86	0,10	0,24	1,20	50,0	176,78	214,11	47,82	0,79
108, 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30г	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
495, 2013г	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200г	1,40	1,25	3,90	32,44	0,02	0,08	0,45		63,46	47,52	7,51	0,10
	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	50г												
	Итого по подмену:		11,37	15,70	68,95	462,62	0,15	0,33	1,65	50,0	246,24	281,13	59,53	1,22
	КОМПЛЕКС 2													
115	КАБАЧКОВАЯ ИКРА	30												
381,2013	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ 80	80	13,69	14,20	4,43	200,24	0,06		0,10		13,52	162,06	26,44	1,47
429, 2013	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 200Г	200г	4,25	8,85	28,88	212,10	0,22	0,17	33,87	36,0	56,76	128,64	43,14	1,56
108, 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30г	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
519,2013г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200г	0,68	0,28	11,16	49,87	0,01	0,06	200,00		12,45	3,40	3,40	0,65
	Итого по подмену:		20,90	23,57	59,23	532,53	0,32	0,24	233,97	36,0	88,73	313,60	77,18	4,01
	КОМПЛЕКС 3													
128,2013г	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	4,22	18,17	12,95	232,42	0,06	0,14	16,30	150,0	104,80	83,09	18,25	0,59
412,2013г	КОТЛЕТА КУРИНАЯ 80	80	13,73	4,99	7,33	129,13	0,07	0,09	1,19	23,7	11,30	104,73	13,37	0,94
414,2013г	РИС ОТВАРНОЙ 180Г	180	4,58	7,33	48,48	278,21	0,05	0,04		32,4	7,13	99,63	32,40	0,66
453,2013	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,58	0,04	3,13	21,39	0,02	0,01	2,55		2,86	8,33	4,56	0,18
108, 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30г	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
109, 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30г	2,34	0,42	11,19	57,90	0,03	0,01			6,90	31,80	7,50	0,93

"Утверждаю"

_____ //

ООО "Вкусняшки"

День 3

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ 2-Я СТУПЕНЬ (11-18 ЛЕТ)

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	КОМПЛЕКС 1													
369,2013г	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 180/50	180/50	16,33	22,52	25,36	373,76	0,23	0,12	31,87	34,8	32,94	250,26	58,95	2,79
108, 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30г	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
493,2013г	ЧАЙ С САХАРОМ	200г			1,53	6,13					0,46	0,02	0,01	0,05
	Итого по подменю:		18,61	22,76	41,65	450,21	0,26	0,13	31,87	34,8	39,40	269,78	63,16	3,17
	КОМПЛЕКС 2													
673,КАРТА	КНЕЛИ ИЗ КУР80	80	13,00	7,79	3,99	138,04	0,07	0,14	1,32	31,3	46,30	123,19	15,58	0,88
414,2013Г	РИС ОТВАРНОЙ 180Г	180	4,58	7,33	48,48	278,21	0,05	0,04		32,4	7,13	99,63	32,40	0,66
108, 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30г	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
493,2013г	ЧАЙ С САХАРОМ	200г			1,53	6,13					0,46	0,02	0,01	0,05
112,2013	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	1 ШТ	0,80	0,80	19,60	88,80	0,06	0,04	20,00		32,00	22,00	18,00	4,40
	Итого по подменю:		20,66	16,16	88,36	581,50	0,21	0,23	21,32	63,7	91,89	264,34	70,19	6,32
	КОМПЛЕКС 3													
144,2013Г	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	6,21	4,74	22,30	156,65	0,27	0,10	16,50	20,0	36,63	96,58	38,93	2,16
106, 2013	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОДГАРНИРОВКА	15Г	0,11	0,02	0,28	1,69	0,01		1,05		2,55	4,50	2,10	0,08
494,2013г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200Г	0,06	0,01	1,74	7,29			4,20		2,84	1,63	0,92	0,07
108, 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30г	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
195, 2013	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	200г	2,93	10,93	17,79	186,05	0,12	0,09	32,55	12,0	44,28	79,00	36,40	1,31
	Итого по подменю:		11,59	15,94	56,87	422,00	0,43	0,20	54,30	32,0	92,30	201,21	82,55	3,95

"Утверждаю"

_____ //

ООО "Вкусняшки"

День 4

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ 2-Я СТУПЕНЬ (11-18 ЛЕТ)

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	КОМПЛЕКС 1													
318, 2013Г	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ С РИСОМ	150/20	32,65	8,28	32,60	335,56	0,08	0,38	0,44	63,8	212,09	305,90	46,52	0,90
108, 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30г	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
519,2013г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200г	0,68	0,28	11,16	49,87	0,01	0,06	200,00		12,45	3,40	3,40	0,65
	Итого по подменю:		35,61	8,80	58,52	455,75	0,12	0,45	200,44	63,8	230,54	328,80	54,12	1,88
	КОМПЛЕКС 2													
50,2013	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ(50)	50	0,87	5,05	5,13	69,47	0,01	0,02	5,82		21,55	25,14	12,81	0,82
389, 2013г	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ 100	100	12,85	19,43	10,59	272,76	0,07	0,02	4,33	23,1	22,05	159,69	26,32	1,55
195, 2013	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	200г	2,93	10,93	17,79	186,05	0,12	0,09	32,55	12,0	44,28	79,00	36,40	1,31
108, 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30г	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
507,2013	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200г	0,16	0,16	5,92	25,74	0,01	0,01	4,00		7,00	4,40	3,60	0,94
	Итого по подменю:		19,09	35,81	54,19	624,34	0,24	0,15	46,70	35,1	100,88	287,73	83,33	4,95
	КОМПЛЕКС 3													
147,2013г	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАР.ИЗДЕЛИЯМИ	250г	4,22	4,17	20,80	137,56	0,12	0,07	19,00	15,2	21,69	66,97	25,80	1,03
106, 2013	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОДГАРНИРОВКА	15Г	0,11	0,02	0,28	1,69	0,01		1,05		2,55	4,50	2,10	0,08
369,2013г	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 180/50	180/50	16,33	22,52	25,36	373,76	0,23	0,12	31,87	34,8	32,94	250,26	58,95	2,79
108, 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30г	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
109, 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30г	2,34	0,42	11,19	57,90	0,03	0,01			6,90	31,80	7,50	0,93
507,2013	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200г	0,16	0,16	5,92	25,74	0,01	0,01	4,00		7,00	4,40	3,60	0,94
	Итого по подменю:		25,44	27,53	78,31	666,97	0,43	0,22	55,9	50,0	77,08	377,43	102,15	6,10

"Утверждаю"

_____ //

ООО "Вкусняшки"

День 5

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ 2-Я СТУПЕНЬ (11-18 ЛЕТ)

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	КОМПЛЕКС 1													
264,2013г	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ 250	250/10	8,88	17,01	40,07	348,88	0,20	0,25	1,10	64,8	177,61	248,58	47,67	2,33
91,2013г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35г	6,31	4,39	14,76	123,83	0,04	0,01	0,25	0,0	10,65	22,01	4,43	0,34
500,2013г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200г	2,83	2,52	6,44	59,74	0,04	0,15	0,90		126,71	95,17	15,03	0,15
	Итого по подмену:		18,02	23,92	61,27	532,45	0,28	0,41	2,25	64,8	314,97	365,76	67,13	2,82
	КОМПЛЕКС 2													
115	КАБАЧКОВАЯ ИКРА	30												
412,2013г	КОТЛЕТА КУРИНАЯ 80	80	13,73	4,99	7,33	129,13	0,07	0,09	1,19	23,7	11,30	104,73	13,37	0,94
291,2013Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 180	180	6,90	7,99	42,22	268,38	0,11	0,03		34,0	13,67	55,79	9,79	1,00
108, 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30г	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
	СОК	200г			24,00	96,00	0,04	0,20	8,00	0,0	40,00	36,00	20,00	0,40
	Итого по подмену:		22,91	13,22	88,31	563,83	0,25	0,33	9,19	57,7	70,97	216,02	47,36	2,67
	КОМПЛЕКС 3													
143,2013г	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250/10г	2,52	6,77	10,96	115,06	0,08	0,06	20,53	15,0	29,00	52,60	20,70	0,74
115	КАБАЧКОВАЯ ИКРА	30												
381,2013г	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ 80	80	14,77	19,08	11,66	277,42	0,08	0,01	0,10	22,8	17,71	172,47	28,28	1,63
237,2013г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ(180)	180	10,50	9,50	52,36	336,95		0,18	5,98	32,8	18,57	249,80	166,00	5,58
108, 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30г	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
109, 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30г	2,34	0,42	11,19	57,90	0,03	0,01			6,90	31,80	7,50	0,93
493,2013г	ЧАЙ С САХАРОМ	200г			1,53	6,13					0,46	0,02	0,01	0,05

"Утверждаю"

_____ //

ООО "Вкусняшки"

День 6

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ 2-Я СТУПЕНЬ (11-18 ЛЕТ)

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	КОМПЛЕКС 1													
253,2013Г.	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ 250	250	7,69	14,21	50,29	359,86	0,10	0,24	1,20	50,0	176,78	214,11	47,82	0,79
94,2013г	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	15/30г	2,36	12,62	14,88	182,48	0,04	0,03		60,0	9,60	24,00	4,20	0,36
495, 2013г	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200г	1,40	1,25	3,90	32,44	0,02	0,08	0,45		63,46	47,52	7,51	0,10
	Итого по подмену:		11,45	28,08	69,07	574,78	0,16	0,35	1,65	110,0	249,84	285,63	59,53	1,25
	КОМПЛЕКС 2													
345,2013Г	КОТЛЕТА РЫБНАЯ 90	90	14,82	8,72	15,05	197,98	0,13	0,13	0,49	21,9	58,06	221,71	50,11	1,17
237,2013г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ(180)	180	10,50	9,50	52,36	336,95		0,18	5,98	32,8	18,57	249,80	166,00	5,58
115	КАБАЧКОВАЯ ИКРА	30												
108, 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30г	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
493,2013г	ЧАЙ С САХАРОМ	200г			1,53	6,13					0,46	0,02	0,01	0,05
	Итого по подмену:		27,60	18,46	83,70	611,38	0,16	0,32	6,47	54,7	83,09	491,03	220,32	7,13
	КОМПЛЕКС 3													
155,2013Г	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250Г	2,71	2,50	20,45	115,15	0,11	0,07	16,50	10,0	17,70	87,85	26,45	1,01
106, 2013	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОДГАРНИРОВКА	15Г	0,11	0,02	0,28	1,69	0,01		1,05		2,55	4,50	2,10	0,08
395, 2013г	СОСИСКА, САРДЕЛЬКА, КОЛБАСА ОТВАРНАЯ	1 шт	6,60	14,34	0,24	156,42	0,11	0,09			21,00	95,40	12,00	1,08
291,2013Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 180	180	6,90	7,99	42,22	268,38	0,11	0,03		34,0	13,67	55,79	9,79	1,00
108, 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30г	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
109, 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30г	2,34	0,42	11,19	57,90	0,03	0,01			6,90	31,80	7,50	0,93
493,2013г	ЧАЙ С САХАРОМ	200г			1,53	6,13					0,46	0,02	0,01	0,05

"Утверждаю"

_____ //

ООО "Вкусняшки"

День 7

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ 2-Я СТУПЕНЬ (11-18 ЛЕТ)

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	КОМПЛЕКС 1													
395, 2013г	СОСИСКА, САРДЕЛЬКА, КОЛБАСА ОТВАРНАЯ	1 шт	6,60	14,34	0,24	156,42	0,11	0,09			21,00	95,40	12,00	1,08
291,2013Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 180	180	6,90	7,99	42,22	268,38	0,11	0,03		34,0	13,67	55,79	9,79	1,00
108, 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30г	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
500,2013г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200г	2,83	2,52	6,44	59,74	0,04	0,15	0,90		126,71	95,17	15,03	0,15
	Итого по подмену:		18,61	25,09	63,66	554,86	0,29	0,28	0,90	34,0	167,38	265,86	41,02	2,56
	КОМПЛЕКС 2													
229,2008Г.	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ ОТВАРНОЙ	20Г	1,83	0,07		7,94								
381,2013г	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ 80	80	14,77	19,08	11,66	277,42	0,08	0,01	0,10	22,8	17,71	172,47	28,28	1,63
429, 2013	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 200Г	200г	4,25	8,85	28,88	212,10	0,22	0,17	33,87	36,0	56,76	128,64	43,14	1,56
108, 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30г	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
519,2013г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200г	0,68	0,28	11,16	49,87	0,01	0,06	200,00		12,45	3,40	3,40	0,65
	Итого по подмену:		23,81	28,52	66,46	617,65	0,34	0,25	233,97	58,8	92,92	324,01	79,02	4,17
	КОМПЛЕКС 3													
143,2013г	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250/10г	2,52	6,77	10,96	115,06	0,08	0,06	20,53	15,0	29,00	52,60	20,70	0,74
345,2013Г	КОТЛЕТА РЫБНАЯ 90	90	14,82	8,72	15,05	197,98	0,13	0,13	0,49	21,9	58,06	221,71	50,11	1,17
237,2013г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ(180)	180	10,50	9,50	52,36	336,95		0,18	5,98	32,8	18,57	249,80	166,00	5,58
106, 2013	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОДГАРНИРОВКА	15Г	0,11	0,02	0,28	1,69	0,01		1,05		2,55	4,50	2,10	0,08
108, 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30г	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
109, 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30г	2,34	0,42	11,19	57,90	0,03	0,01			6,90	31,80	7,50	0,93

"Утверждаю"
_____//

ООО "Вкусняшки"

День 8

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ 2-Я СТУПЕНЬ (11-18 ЛЕТ)

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	КОМПЛЕКС 1													
132, 2008г	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150г	13,40	21,63	4,16	264,88	0,09	0,51	0,52	277,1	126,25	235,51	19,73	2,39
91,2013г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35г	6,31	4,39	14,76	123,83	0,04	0,01	0,25	0,0	10,65	22,01	4,43	0,34
493,2013г	ЧАЙ С САХАРОМ	200г			1,53	6,13					0,46	0,02	0,01	0,05
	Итого по подмену:		19,71	26,02	20,45	394,84	0,13	0,52	0,77	277,1	137,36	257,54	24,17	2,78
	КОМПЛЕКС 2													
50,2013	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ(50)	50	0,87	5,05	5,13	69,47	0,01	0,02	5,82		21,55	25,14	12,81	0,82
411, 2013г	КНЕЛИ ИЗ КУР С РИСОМ 80	80	16,52	8,90	5,50	168,15	0,07	0,12	1,51	42,9	11,92	132,70	18,03	1,06
414,2013Г	РИС ОТВАРНОЙ 180Г	180	4,58	7,33	48,48	278,21	0,05	0,04		32,4	7,13	99,63	32,40	0,66
108, 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30г	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
511,2013	КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ	200	0,01		1,50	6,05			0,72		0,33	0,30	0,27	0,01
	Итого по подмену:		24,26	21,52	75,37	592,20	0,16	0,19	8,05	75,3	46,93	277,27	67,71	2,88
	КОМПЛЕКС 3													
144,2013Г	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	6,21	4,74	22,30	156,65	0,27	0,10	16,50	20,0	36,63	96,58	38,93	2,16
642,1982г	ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ 180	180	12,21	11,23	32,05	282,54	0,04	0,02	2,74		12,70	115,99	21,26	1,07
	ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОДГАРНИРОВКА	30г	0,33	0,06	1,14	6,42	0,02	0,01	7,50		4,20	7,80	6,00	0,27
108, 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30г	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
109, 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30г	2,34	0,42	11,19	57,90	0,03	0,01			6,90	31,80	7,50	0,93
511,2013	КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ	200	0,01		1,50	6,05			0,72		0,33	0,30	0,27	0,01
	Итого по подмену:		23,38	16,69	82,94	579,88	0,39	0,15	27,4	20,0	66,76	271,97	78,16	4,77

"Утверждаю"
_____ //

ООО "Вкусняшки"

День 9

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ 2-Я СТУПЕНЬ (11-18 ЛЕТ)

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	КОМПЛЕКС 1													
318, 2013Г	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ С РИСОМ	150/20	32,65	8,28	32,60	335,56	0,08	0,38	0,44	63,8	212,09	305,90	46,52	0,90
108, 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30г	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
519,2013г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200г	0,68	0,28	11,16	49,87	0,01	0,06	200,00		12,45	3,40	3,40	0,65
564,2013г	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60г	4,75	8,12	29,77	211,20	0,08	0,04		39,0	10,74	44,26	7,21	0,60
	Итого по подменю:		40,36	16,92	88,29	666,95	0,20	0,49	200,44	102,8	241,28	373,06	61,33	2,48
	КОМПЛЕКС 2													
381,2013	БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ 80	80	13,69	14,20	4,43	200,24	0,06		0,10		13,52	162,06	26,44	1,47
195, 2013	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	200г	2,93	10,93	17,79	186,05	0,12	0,09	32,55	12,0	44,28	79,00	36,40	1,31
108, 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30г	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
508, 2013г	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200г	0,67	0,03	19,49	80,93	0,01	0,01	0,61		34,31	23,49	9,15	1,88
	Итого по подменю:		19,57	25,40	56,47	537,54	0,22	0,11	33,26	12,0	98,11	284,05	76,19	4,99
	КОМПЛЕКС 3													
128,2013г	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	4,22	18,17	12,95	232,42	0,06	0,14	16,30	150,0	104,80	83,09	18,25	0,59
673,КАРТА	КНЕЛИ ИЗ КУР80	80	13,00	7,79	3,99	138,04	0,07	0,14	1,32	31,3	46,30	123,19	15,58	0,88
242,2013г	КАША ПЕРЛОВАЯ	200г	6,24	8,98	44,76	284,84	0,08	0,05		40,0	27,71	218,12	26,64	1,22
108, 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30г	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
109, 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30г	2,34	0,42	11,19	57,90	0,03	0,01			6,90	31,80	7,50	0,93
508, 2013г	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200г	0,67	0,03	19,49	80,93	0,01	0,01	0,61		34,31	23,49	9,15	1,88
	Итого по подменю:		28,75	35,63	107,14	864,45	0,28	0,36	18,2	221,3	226,02	499,19	81,32	5,83

"Утверждаю"

_____ //

ООО "Вкусняшки"

День 10

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ 2-Я СТУПЕНЬ (11-18 ЛЕТ)

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	КОМПЛЕКС 1													
247,2013г	КАША ОВСЯНАЯ ИЗ "ГЕРКУЛЕСА" ВЯЗКАЯ 250	250	8,38	10,86	30,28	252,37	0,22	0,25	1,20	25,2	189,29	251,62	68,39	1,52
94,2013г	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	15/30г	2,36	12,62	14,88	182,48	0,04	0,03		60,0	9,60	24,00	4,20	0,36
495, 2013г	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200г	1,40	1,25	3,90	32,44	0,02	0,08	0,45		63,46	47,52	7,51	0,10
	Итого по подменю:		12,14	24,73	49,06	467,29	0,28	0,36	1,65	85,2	262,35	323,14	80,10	1,98
	КОМПЛЕКС 2													
389, 2013г	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ 100	100	12,85	19,43	10,59	272,76	0,07	0,02	4,33	23,1	22,05	159,69	26,32	1,55
291,2013Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 180	180	6,90	7,99	42,22	268,38	0,11	0,03		34,0	13,67	55,79	9,79	1,00
108, 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30г	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
112,2013	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	1 ШТ	0,80	0,80	19,60	88,80	0,06	0,04	20,00		32,00	22,00	18,00	4,40
493,2013г	ЧАЙ С САХАРОМ	200г			1,53	6,13					0,46	0,02	0,01	0,05
	Итого по подменю:		22,83	28,46	88,70	706,39	0,27	0,10	24,33	57,1	74,18	257,00	58,32	7,33
	КОМПЛЕКС 3													
134,2013г	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,07	4,50	17,59	119,12	0,11	0,07	18,25	20,0	16,80	64,50	26,35	0,94
369,2013г	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 180/50	180/50	16,33	22,52	25,36	373,76	0,23	0,12	31,87	34,8	32,94	250,26	58,95	2,79
108, 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30г	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
109, 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30г	2,34	0,42	11,19	57,90	0,03	0,01			6,90	31,80	7,50	0,93
493,2013г	ЧАЙ С САХАРОМ	200г			1,53	6,13					0,46	0,02	0,01	0,05
	Итого по подменю:		23,02	27,68	70,43	627,23	0,40	0,21	50,12	54,8	63,10	366,08	97,01	5,04

ООО "Вкусняшки"

Ведомость контроля за рационом питания

Подразделение: ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ 2-Я СТУПЕНЬ (11-18 ЛЕТ)

Наименование группы продуктов	Фактически выдано продуктов в нетто по дням на одного питающегося, г(мл)														В день: Среднее -------- Норма г(мл) (нетто)	Отклонение от нормы, % (Ср-N)*100/N
	1 ДЕНЬ	2 ДЕНЬ	3 ДЕНЬ	4 ДЕНЬ	5 ДЕНЬ	6 ДЕНЬ	7 ДЕНЬ	8 ДЕНЬ	9 ДЕНЬ	10 ДЕНЬ						
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00					1,00	-16,7
															1,20	
КАКАО		2,00					5,00								0,70	-2,8
															0,72	
КАРТОФЕЛЬ	176,00	75,00	216,70	62,50	60,00	30,00	20,00	75,00	280,50	243,00					123,87	19,8
															103,40	
КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ (ЖИРН. 2,5% 3,2%)	50,00	50,00	50,00	50,00	50,00	50,00	50,00	50,00	50,00	50,00					50,00	-16,7
															60,00	
КОЛБАСНЫЕ ИЗДЕЛИЯ	90,00														9,00	-16,5
															10,78	
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ									75,00						7,50	-9,1
															8,25	
КРУПЫ, БОБОВЫЕ	90,50	30,00	56,40	30,00		26,20	76,50	30,00		10,00					34,96	27,1
															27,50	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ		41,00				41,00				41,00					12,30	11,8
															11,00	
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	12,10	5,00	11,20	11,50	15,30	5,00	15,20	7,70	20,10	7,20					11,03	11,4
															9,90	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	31,10	17,30	25,90	24,08	12,81	33,50	13,88	14,10	22,50	30,63					22,58	17,3
															19,25	
МОЛОКО (МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА 2.5%, 3.2%)	102,70	206,70		102,70		102,70	130,00	130,00	102,70	130,00					100,75	-6,7
															108,00	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	41,00			8,28	46,16		2,78			3,53					10,18	-7,5
															11,00	

ООО "Вкусняшки"

Ведомость контроля за рационом питания

Подразделение: ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ 2-Я СТУПЕНЬ (11-18 ЛЕТ)

Наименование группы продуктов	Фактически выдано продуктов в нетто по дням на одного питающегося, г(мл)														В день: Среднее -------- Норма г(мл) (нетто)	Отклонение от нормы, % (Ср-N)*100/N
	1 ДЕНЬ	2 ДЕНЬ	3 ДЕНЬ	4 ДЕНЬ	5 ДЕНЬ	6 ДЕНЬ	7 ДЕНЬ	8 ДЕНЬ	9 ДЕНЬ	10 ДЕНЬ						
МЯСО ЖИЛОВАННОЕ (МЯСО НА КОСТИ) 1 кат.	85,60		68,90		53,60		106,20		53,60	98,80					46,67	8,8
															42,90	
ОВОЩИ СВЕЖИЕ, ЗЕЛЕНЬ	100,30	156,00	110,34	156,00	432,82	188,00	188,93	156,00	129,00	156,83					177,42	-26,1
															240,00	
РЫБА-ФИЛЕ		90,00		195,00		90,00			195,00						57,00	-28,8
															80,00	
САХАР	24,75	33,00	29,00	32,50	32,98	33,00	29,00	24,75	29,00	24,75					29,27	18,3
															24,75	
СМЕТАНА (МАССОВ. ДОЛЯ ЖИРА НЕ БОЛЕЕ 15%)	10,00		5,00	19,50		5,00		2,80		20,00					6,23	13,3
															5,50	
СОКИ ПЛОДОВООВОЩНЫЕ, НАПИТКИ ВИТАМИННЫЕ		200,00		200,00	200,00		200,00		200,00						100,00	-9,1
															110,00	
СОЛЬ	3,40	3,20	3,20	3,89	3,20	3,40	5,39	3,20	5,39	3,20					3,75	-2,7
															3,85	
СЫР		35,50					35,50								7,10	-1,4
															7,20	
ТВОРОГ (МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА НЕ БОЛЕЕ 9%)	30,00		120,00		30,00			120,00		30,00					33,00	-8,3
															36,00	
ФРУКТЫ (ПЛОДЫ) СВЕЖИЕ	20,00	120,00	152,00	200,00	120,00	207,00				140,00					95,90	-5,7
															101,75	
ФРУКТЫ (ПЛОДЫ) СУХИЕ, В Т.Ч. ШИПОВНИК		30,50		20,00	20,00	20,00		41,80							13,23	20,3
															11,00	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	119,50	108,60	90,00	102,10	115,70	108,60	71,30	81,40	67,10	41,30					90,56	-17,7
															110,00	

ООО "Вкусняшки"

Ведомость контроля за рационом питания

Подразделение: ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ 2-Я СТУПЕНЬ (11-18 ЛЕТ)

Наименование группы продуктов	Фактически выдано продуктов в нетто по дням на одного питающегося, г(мл)														В день: Среднее -------- Норма г(мл) (нетто)	Отклонение от нормы, % (Ср-N)*100/N
	1 ДЕНЬ	2 ДЕНЬ	3 ДЕНЬ	4 ДЕНЬ	5 ДЕНЬ	6 ДЕНЬ	7 ДЕНЬ	8 ДЕНЬ	9 ДЕНЬ	10 ДЕНЬ						
ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	60,00	60,00	60,00	60,00	60,00	60,00	60,00	60,00	60,00	60,00					60,00	−16,7
															72,00	
ЦЫПЛЯТА 1 кат. ПОТРОШЕНЫЕ (КУРЫ 1 кат.)		80,30	74,30		74,30	74,30		75,40							37,86	29,9
															29,15	
ЧАЙ	0,50		0,50	0,50		0,50			0,50	0,50					0,30	36,4
															0,22	
ЯЙЦО ДИЕТИЧЕСКОЕ	2,50	20,00	2,50	85,20	2,50	20,00	2,50	20,00	65,40	2,50					22,31	−7,0
															24,00	

Итого в среднем на одного питающегося:

Пищевые вещества	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калории, ккал		
	58,8	60	255,5	1627		
Минеральные вещества	Натрий, мг	Калий, мг	Кальций, мг	Магний, мг	Фосфор, мг	Железо, мг
	971,45	1859,35	560	200,24	690,65	10,00
Витамины	A, мкг	B1, мг	B2, мг	PP, мг	C, мг	
	171,32	0,61	0,59	8,14	142,23	

Подпись ответственного лица _____