

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ 5-11 КЛАССЫ

Утверждаю:
Директор:

Чернышова Е.Г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход Г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры/
			Белки	Жиры	Углеводы		
1неделя	Салат картофельный с соленым огурцом и зеленым горошком	60	5,61	4,09	18,98	86,41	42
1день	Суп рыбный из консервов	230	6,89	6,72	11,47	133,8	42
завтрак	Какао с молоком	200	3,52	1,72	25,49	145,2	382
	Хлеб	50	3,07	1,07	6,3	107,22	
		540	19,09	13,60	62,24	472,63	
<p>Использован сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений. Пермь 2001г. Технологические карты по сборнику рецептур «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников.», под редакцией Могильного М.П. 2007г, Здобнова А.И.</p>							

Завхоз



Логинова Н.

Утверждаю:
Директор:

Чернышова Е.Г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход Г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1неделя	Салат из свеклы	60					
2день	Гречка рассыпчатая	180	7,92	5,26	42,32	256,45	302
завтрак	Птица тушеная в соусе	50/50	10,0	10,0	2,33	100	643
	Чай	200	4,51	1,14	7,71	114,66	377
	Хлеб	50	3,07	1,07	6,3	107,22	
		630	27,18	23,67	66,56	678,13	
<p>Использован сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений. Пермь 2001г. Технологические карты по сборнику рецептур «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников.», под редакцией Могильного М.П. 2007г, Здобнова А.И.</p>							

Завхоз



Логинова Н.

Утверждаю:

Директор:

Чернышова Е.Г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход Г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры/Тех. карты
			Белки	Жиры	Углеводы		
1 неделя	Макаронные изделия отварные	100	8.77	9.35	57.93	336.51	309
Здень	Котлета мясная	80	12.72	11.52	12.8	208.8	451
завтрак	Соус томатный	40	1.16	4.2	8.01	10.78	348
	Чай	200	4.51	1.14	7.71	114.66	37
	Хлеб пшеничный	50	2.57	10.0	16.70	86.33	
	Всего :		29.73	36.21	103.15	757.08	

Использован сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений. Пермь 2001г.
Технологические карты по сборнику рецептур «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников.», под редакцией Могильного М.П. 2007г, Здобнова А.И.

Завхоз



Логинова Н.

Утверждаю:

Директор:

Чернышова Е.Г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход Г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1 неделя	Салат из свежей капусты	60	1,5	0,11	6,55	28,87	46
4 день	Жаркое по домашнему из мяса птицы	200	17,21	14,67	43,72	250,0	436
завтрак	Чай	200	4.51	1,14	7,71	114,66	377
	Хлеб	50	3,07	10,07	16,3	107,22	
		510	26,79	25,99	74,28	500,75	

Использован сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений. Пермь 2001г.
Технологические карты по сборнику рецептур «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников.», под редакцией Могильного М.П. 2007г, Здобнова А.И.

Завхоз



Логинова Н.Г

Утверждаю:
Директор:

Чернышова Е.Г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход Г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры
			Белки	Жиры	Угле-воды		
1 неделя	Каша рисовая молочная вязкая	200/5	5,3	7,12	33,11	217,61	168
5 день	Компот из сухофруктов	200	1,04	0,00	26,96	107,44	349
завтрак	Хлеб	50	3,07	1,07	6,3	107,22	
	Сыр (Российский , др.)	15	3,48	4,43	0,00	54,60	15
		565	12,89	12,62	66,37	486,87	

Использован сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений. Пермь 2001г.
Технологические карты по сборнику рецептур «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников.», под редакцией Могильного М.П. 2007г, Здобнова А.И.

Завхоз

Логинова Н.

2 неделя

Утверждаю:
Директор:

Чернышова Е.Г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход Г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры/
			Белки	Жиры	Углеводы		
2неделя	Щи из св. капусты	250	6,89	6,72	11,47	133,8	42
1день	Булочка	60	6,63	7,39	42,38	262,75	453
завтрак	Напиток кофейный	200	3,52	1,72	25,49	145,2	382
	Хлеб	50	3,07	1,07	6,3	107,22	
		560	20,11	16,90	85,64	648,97	
<p>Использован сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений. Пермь 2001г. Технологические карты по сборнику рецептур «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников.», под редакцией Могильного М.П. 2007г, Здобнова А.И.</p>							

Завхоз

Логинова Н.

Утверждаю:
Директор:

Чернышова Е.Г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход Г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
2неделя	Салат из моркови с подсолнечным маслом	60	2,75	4,4	5,3	66,2	120
2день	Плов из птицы	200	24,5	28,97	40,89	426,94	646
завтрак	Чай	200	4,20	0,00	14,0	114,66	377
	Хлеб	50	3,07	1,07	6,3	107,22	
		510	33,52	34,44	66,49	715,02	
							21-57
<p>Использован сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений. Пермь 2001г. Технологические карты по сборнику рецептур «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников.», под редакцией Могильного М.П. 2007г, Здобнова А.И.</p>							

Завхоз

Логинова Н.Г

Утверждаю:
Директор:

Чернышова Е.Г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход Г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер Рецептуры/
			Белки	Жиры	Угле-воды		
2неделя	Макаронные изделия с тертым сыром	200	9,02	16,7	35,31	274,0	204
3день	Салат из картофеля с зел. горошком	60	5.61	4.09	18.98	86.41	42
	Чай	200	4,51	0,0	14,00	114,66	377
	Хлеб	50	3,07	1,07	6,3	107,22	
			22,21	23,0	74,59	582,29	
<p>Использован сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений. Пермь 2001г. Технологические карты по сборнику рецептур «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников.», под редакцией Могильного М.П. 2007г, Здобнова А.И.</p>							

Завхоз



Логинова

Утверждаю:
Директор:

Чернышова Е.Г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход Г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер Рецептуры
			Белки	Жиры	Угле-воды		
	Салат из свежей капусты	60	1,5	0,11	6,55	28,87	46
2неделя	Пюре картофельное	150	2.34	16.71	3.79	290.5	688
4день	Птица тушеная в соусе	35/65	10,0	10,0	2,33	100	643
завтрак	Чай	200	4,51	0,0	14,00	114,66	377
	Хлеб	50	3,07	1,07	6,3	107,22	
		560	21,42	27,78	32,97	641,25	
<p>Использован сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений. Пермь 2001г. Технологические карты по сборнику рецептур «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников.», под редакцией Могильного М.П. 2007г, Здобнова А.И.</p>							

Завхоз



Логинова Н.Г.

Утверждаю:
Директор:

Чернышова Е.Г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход Г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
2неделя	Каша «Дружба» молочная	200	6,32	8,96	12,56	250,1	16
5день	Чай	200	4,51	0,0	14,00	114,66	377
завтрак	Хлеб	50	3,07	1,07	6,3	107,22	
	Сыр (Российский , др.)	15	3,48	4,43	0,00	54,60	15
		465	17,38	14,46	32,86	526,58	

Использован сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений. Пермь 2001г.
Технологические карты по сборнику рецептур «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников.», под редакцией Могильного М.П. 2007г, Здобнова А.И.

Завхоз



Логинова Н.