

Согласовано

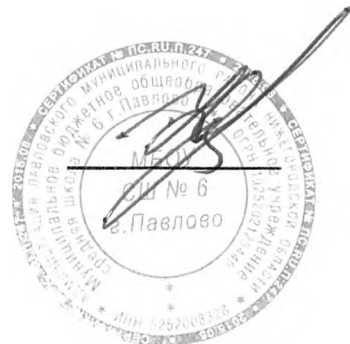
Главный государственный
санитарный врач
в Павловском, Вачском, Сосновском
районах



И.З. Дворянинова

Утверждаю

Директор МОУ СШ
№
г.



Примерное меню

Для Учащихся общеобразовательных школ
2017-2018 учебный год

Завтраки

Обеды

Полдники

Директор МУП «База общепита»



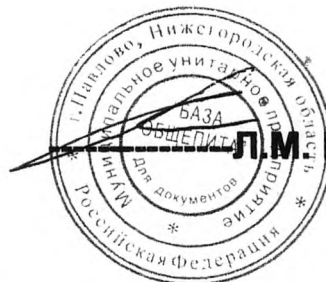
Л.М.Барина

Согласовано
Главный государственный
санитарный врач
в Павловском, Вачском,
Сосновском районах



И. З. Дворянинова

Утверждаю
Директор
МУП «База Общепита»



Л. М. Барина

Ассортимент
реализуемой продукции для дополнительного питания
при общеобразовательных школах с 11.30 мин. - 13.30 мин.
(МБОУ СШ №1,3,5,6,7,9,10,11,16. МБОУ СШ г. Ворсма №1,2. МБОУ НШ
г. Ворсма, МБОУ ОШ с. Грудцино, МБОУ СШ с. Таремское, МБОУ СШ
д. Ясенцы, МБОУ СШ р/п. Тумботино №1,2, МБОУ ОШ с. Абабково,
МБОУ СШ г. Горбатов)
на 2017-2018 учебный год.

Наименование блюд и изделий	Масса	Кол-во
1. Фрукты (мытые)		1-2 наим.
2. Вода питьевая (бутилированная)	до 500мл	1 наим.
3. Чай или какао с молоком	до 200 мл	2-3 наим.
4. Соки плодовые, нектары, витаминизированные напитки	до 500мл	2-3 наим.
5. Хлебобулочные изделия	до 100 гр.	4-5 наим.
Пирожки печеные в ассортименте	до 100гр.	4-5 наим.
6. Мучные кондитерские изделия (печенье, вафли, мини-кексы, мини-рулеты, пряники)	до 50гр.	4-5 наим.
7. Кондитерские изделия (зефир, конфеты, шоколад)	до 25 гр.	3-4 наим.
8. Кисломолочные продукты	до 500 мл.	2-3 наим.

МУП «База общепита»

Примерное меню Для учащихся общеобразовательных школ на 2017-2018 учебный год. Завтраки 7-10 лет

	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калор.
День первый (Понедельник)					
Сосиска «Кроха»	33	0,54	5,06	2,24	69,0
Каша гречневая	100	5.97	3.91	32.1	177.64
доп. овощ. гарнир	50	2.08	0	6.16	33.8
Сок	200	0	0	32.7	147.0
Батон	50	9.7	6.07	58.02	332.0
<u>Итого:</u>		18,29	15,04	131,22	759,44
День второй (Вторник)					
Сыр порц.	15	3.2	4.56	0.56	57.82
Фрукты свежие	270	1.35	0	30.2	129.6
Каша молочная	150/5	6.72	8.07	27.8	197.47
Какао с молоком	200	4.34	4.01	6.11	75.98
Булочка «Витаминная»	40	7.75	4.9	46.42	265.6
<u>Итого :</u>		23.36	21.54	111.09	726.47
День третий (Среда)					
Свекла вареная	100	1.92	0	13.32	62.46
Биточки рыбные с м/с	80/5	8.73	16.62	18.06	274.66
Картофельное пюре	200	5.66	6.08	47.05	246.84
Сок	200	0	0	32.7	147.0
Батон	50	9.7	6.07	58.02	332.0
<u>Итого :</u>		26.01	28,77	169,15	1062,96

День четвертый (Четверг)

Овощи свежие	50	0.54	5.06	2.24	69.0
Шницель из говяд.	80	19.89	14,23	15,7	271,48
Капуста тушеная	200	6.78	5.83	29.76	172.67
Компот из св.ягод	200	0	0	5.08	21.79
Батон	50	9.7	6.07	58.02	332.0

Итого: 36,91 31,19 110,8 866,94

День пятый (Пятница)

Кондит. изделия	30	3.48	3.42	36.06	184.32
Омлет с гренками	150	8.57	12.93	31.53	256.46
Кисло-молочная продук.	200	7.0	7.0	8.2	127.4

Итого: 19.05 23.35 75.79 568.18

День шестой (Суббота)

Плов из гов. с м/с	150/5	25.48	17.1	29.22	365.89
Компот из с/фр	200	0.76	0	35.22	140.4
Батон	50	9.7	6.07	58.02	332.0

Итого : 35.94 23.17 122.46 838.29

День седьмой (Понедельник)

Сыр	15	3.2	4.56	0.56	57.82
Каша молочная с м/с	150/5	7.51	9.34	24.95	207.12
Молоко	200	7,17	6,75	9,49	122.38
Булочка «Витаминная»	40	7.75	4.9	46.42	265.6

Итого: 25,63 25,55 81,42 652,92

День восьмой (Вторник)

Овощи	50	0.54	5.06	2.24	69.0
Шницель рыб. см/с	80	8,73	16.62	18.06	274,66
Картофельное пюре	200	5.66	6.08	47.05	246.84
Сок	200	0	0	32.7	147.0
Батон	50	9.7	6.07	58.02	332.0

Итого : 24,63 33,83 158,07 1069,5

День девятый (Среда)

Фрукты свежие	270	1.35	0	30.2	129.6
Сосиска «Кроха» с м/с	33/5	0.16	0.11	0.01	1.58
Макароньы отв.с овощ.	150	7.15	7.56	46.84	203.42
Кисло-молочная прод.	200	7.0	7.0	8.2	127.4
Батон	50	9.7	6.07	58.02	332.0
<u>Итого:</u>		25.36	20.74	143.27	794.0

День десятый (Четверг)

Запеканка твор. с сгущ.молоком	165/40	26.57	35.07	15.76	371.35
Чай с/с	200	0.2	0	0.07	1.09
Батон	50	9.7	6.07	58.02	332.0
<u>Итого:</u>		36.47	41.14	153.73	704,44

День одиннадцатый (Пятница)

Свекла вареная	100	1.92	0	13.2.	62.46
Жаркое по домашнему или	150	25.04	15.23	24.77	335.27
Тефтели из гов.в соусе	80/50	18.31	15.01	19.33	272.43
Картофельное пюре	200	5.66	6.08	47.05	246.84
Витамин.напиток	200	0	0	19,1	122.38
Батон	50	9.7	6.07	58.02	332.0
<u>Итого:</u>		35,59	27,16	156,7	1081,65

День двенадцатый (Суббота)

Котлета из говяд. с с/м	80/5	19.89	14.23	15.7	271.48
Рагу из овощей	150	5.84	10.4	37.63	182.27
Компот из с/фр	200	0.76	0	35.22	140.4
Батон	50	9.7	6.07	58.02	332.0
<u>Итого:</u>		36.19	30.7	146.57	926.15

МУП «База общепита»

Примерное меню

Для учащихся общеобразовательных школ
на 2017-2018 учебный год.
Завтраки 11-18 лет

Выход Белки Жиры Углеводы Калор.

День первый (Понедельник)

Сосиска «Кроха»	33	0,16	0,11	0,01	1,58
Каша гречневая	150	8,94	5,4	48,14	262,96
доп.овощ. гарнир	50	3,77	0	11,16	16,47
Сок	200	0	0	32,7	61,21
Батон	80	12,4	7,8	74,3	424,96
Итого :		25,27	13,31	166,31	767,18

День второй (Вторник)

Сыр порц.	15	3,2	4,56	0,56	57,82
Фрукты свежие	270	1,35	0	30,2	129,6
Каша молочная	200/5	9,0	13,18	37,29	282,92
Какао с молоком	200	4,34	4,01	6,11	75,98
Булочка «Витаминная»	40	7,75	4,9	46,42	265,6
Итого :		25,64	26,65	120,58	811,92

День третий (Среда)

Свекла вареная	100	1,92	0	13,32	62,64
Биточки рыбные с м/с	100 /5	10,92	20,78	22,58	343,29
Картофельное пюре	200	5,66	6,08	47,05	246,84
Сок	200	0	0	32,7	147,0
Батон	80	12,4	7,8	74,3	424,96
Итого :		30,9	34,66	189,95	1224,73

День четвертый (Четверг)

Овощи свежие	50	0,54	5,06	1,12	69,0
Шницель из говяд.	100	24,88	17,8	19,64	339,35
Капуста тушеная	200	6,78	5,83	29,76	172,67
Компот из св.ягод	200	0	0	5,08	21,79
Батон	80	12,4	7,8	74,3	424,96

Итого : 44,6 36,49 129,9 1027,77

День пятый (Пятница)

Кондит. изделия	30	3,48	3,42	36,06	184,32
Омлет с гренками	200	11,98	15,11	44,92	338,72
Кисло-молочная продук.	200	7,0	7,0	8,2	127,4

Итого: 22,46 25,53 89,18 650,44

День шестой (Суббота)

Плов из говяд.	200/5	26,97	28,22	43,23	444,99
Компот из с/фр	200	0,76	0	35,22	140,4
Батон	80	12,4	7,8	74,3	424,96

Итого: 40,13 36,02 152,75 1010,35

День седьмой (Понедельник)

Сыр порц.	15	3,2	4,56	0,56	57,82
Каша молочная с м/с	200/5	10,8	13,93	41,75	313,64
Молоко	200	7,17	6,75	9,49	122,38
Булочка «Витаминная»	40	7,75	4,9	46,42	265,1

Итого: 28,92 30,14 98,22 758,94

День восьмой (Вторник)

Овощи свежие	50	0,54	5,06	2,24	69,0
Шницель рыбный	100	10,92	20,78	22,58	343,29
Картофельное пюре	200	5,66	6,08	4,05	246,84
Сок	200	0	0	32,7	147,0
Батон	80	12,4	7,8	74,3	424,96

Итого: 29,52 39,72 135,87 1231,09

День девятый (Среда)

Фрукты свежие	270	1,35	0	30,2	129,6
Сосиска «Кроха» с м/с	33/5	0,16	0,11	0,01	1,58
Макароны отв.с овощ.	200	8,97	7,72	60,0	261,52
Кисло-молочная прод.	200	7,0	7,0	8,2	127,4
Батон	80	12,4	7,8	74,3	424,96
<u>Итого:</u>		29,88	22,63	172,71	945,06

День десятый (Четверг)

Запеканка твор. с изюмом,с сгущ.	220/30	32,72	42,42	32,65	507,34
Чай с/с	200	0,2	0	0,07	1,09
Батон	80	12,4	7,8	74,3	424,96
<u>Итого :</u>		45,32	50,22	107,02	933,39

День одиннадцатый (Пятница)

Свекла вареная	100	1,92	0	13,2	62,46
Жаркое по домашнему или	250/5	27,72	19,22	48,47	470,45
Тефтели из говяд.,в соусе	100/50	22,23	19,01	20,55	342,18
Картофельное пюре	200	5,66	6,08	47,05	246,84
Витамин.напиток	200	0	0	19,1	76,4
Батон	80	12,4	7,8	74,3	424,96
<u>Итого:</u>		42,21	32,89	174,2	11525,84

День двенадцатый (Суббота)

Котлета из говяд.	100	24,88	17,8	19,64	339,35
Рагу из овощей	200	8,17	15,11	51,32	258,72
Компот из с/фр	200	0,76	0	35,22	140,4
Батон	80	12,4	7,8	74,3	424,96
<u>Итого:</u>		46,21	40,71	180,48	1163,43

МУП «База общепита»
г.Павлово

Примерное меню

Для учащихся общеобразовательных школ на
2017 - 2018 учебный год.

ГПД

Обеды , полдники

Выход Белки Жиры Углеводы Калор.

День первый (понедельник)

Обед:

Суп карт. с горохом с фрикад.	17.5/250	7.35	4.1	33.6	160.11
Голубцы ленивые с м/с	200/10	17.89	10.13	16.15	288,03
Хлеб пшен., рж.	70	10.5	2.8	35.93	204.17
Витаминиз.напиток	200	0	0	19.1	76.4
<u>Полдник:</u>					
Молоко	200	7.17	6.75	9.49	122.38
<u>Итого :</u>		42.91	23.78	114.27	851.09

День второй (вторник)

Обед:

Щи из св. кап-ты с говядиной	12,5/ 250	7.9	5.83	17.32	119.94
Сосиска отварная с м/с	33/5	0,44	0,3	0,04	4,38
Яйцо	1 шт.	7,4	7,0	0,6	97,3
Макаронные изделия отв.	200	2,15	5,24	14,35	103,32
Напиток из шиповника	200	0	0	19.98	74.8
Хлеб пшен., рж.	70	10.5	2.8	35.93	204.17
<u>Полдник:</u>					
Кисло-молочная продукц.	200	3.4	3.2	44.46	207.6
Булочка «Домашняя»	100	8,04	11,78	61,27	371,3
<u>Итого :</u>		39,83	36,15	193,95	1182,81

День третий (среда)

Обед:

Суп карт. с фрикад.	17.5/250	10.34	6.32	36.49	199.84
Запеканка творожная с сгущ.молоком	150/40	25,65	32,72	24,43	379,2
Кисель витаминиз.	200	0	0	30.97	121.4
Хлеб пшен.,рж.	70	10.5	2..8	35.93	204.17

Полдник:

Молоко	200	7.17	6.75	9.49	122.38
Пирожок печеный	100	9.34	38.98	59.66	419.7

Итого : **63,0 87,57 196,97 1446,69**

День четвертый (четверг)

Обед:

Борщ из св.капусты с говядиной	12,5/250	3.7	7..22	26.15	144.42
Рыба туш.с овощами	100/50	19.05	26.89	27.93	424.34
Рис отварной	200	5.51	7.24	54.62	283.05
Компот из с/фр	200	0.76	0	35.22	140.04
Хлеб пшен.рж.	70	10.5	2.8	35.93	204.17

Полдник:

Сок натуральный	200	0	0	32.7	147
Булочка	100	8.04	11.78	61.27	371.3

Итого: **47.56 55.93 300.5 1714.68**

День пятый (пятница)

Обед:

Икра кабачковая	100	2.10	8.86	8.72	136.18
Суп крестьянский с крупой	250	4.07	3.89	24.95	108.93
Запеканка картоф.с мясом	243/10	29.06	18.23	65.07	528.52
Чай с сахаром	200	0.2	0	15.05	57.18
Хлеб пшен.,ржан.	70	10.5	2.8	35.93	204.17

Полдник:

Фрукты свежие	270	1.35	0	30.24	129.6
Молоко	200	7.17	6.75	9.49	122.38

Итого : **54.45 40.53 189.45 1286.96**

День шестой (понедельник)

Обед:

Суп овощной	250	3.07	2.17	23.4	85.32
Гуляш из говядины	50/50	23,13	15,27	4,97	255,5
Капуста тушеная	200	6.78	5.83	29.76	172.67
Компот из с/фр	200	0.76	0	35.22	140.4
Хлеб пшен., ржан.	70	10.5	2.8	35.93	204.17

Полдник:

Сок натуральный	200	0	0	32.7	147.0
Булочка	100	8.04	11.78	61.27	371.3

Итого : 52.28 37,85 223,25 1376,36

День седьмой (вторник)

Обед:

Щи из св. кап-ты с фрикад.	17.5/250	8.02	6.54	17.76	123.64
Сырники с мол. сгущ.	100/40	20.09	28.29	33.34	401.66
Компот из плодов консервированных	200	0.4	0	30.91	123.74
Хлеб пшен., ржан.	70	10.5	2.8	35.93	204.17

Полдник:

Фрукты свежие	270	1.35	0	30.24	129.6
Сок натуральный	200	0	0	32.7	147.0

Итого : 40.36 37.63 180.88 1129.81

День восьмой (среда)

Обед:

Рассольник «Ленинградский»	250	15.27	6.1	134.58	162.47
Котлета жар. из гов. с м/с	80/5	19.89	14.23	15.7	271.48
Рагу из овощей	200	8.17	15.11	51.32	258.72
Напиток из шиповника	200	0	0	19.98	74.8
Хлеб пшен., ржан.	70	10.5	2.8	35.93	204.17

Полдник:

Кондит. изделия	45	5.8	5.7	60.1	307.2
Молоко	200	7.17	6.75	9.49	122.38

Итого : 66.8 50.69 327.1 1401.22

День девятый (четверг)

Обед:

Суп карт.с рыбой	25/250	16.64	7.69	39.75	254.25
Колбаса отв. с м/с	35/5	0.44	0.3	0.04	4.38
Каша гречневая	150	8.94	5.4	48.14	262.96
Овощи	50	0.54	5.06	2.24	69.0
Сок натуральный	200	0	0	32.7	147.0
Хлеб пшен.,ржан.	70	10.5	2.8	35.93	204.17

Полдник :

Молоко	200	7,17	6,75	9,49	122,38
Пирожок печеный	100	9.34	38.98	59.66	419.7

Итого :

53,57 66,98 227,95 1483,84

День десятый (пятница)

Обед:

Суп карт.с мак.изд. с фрикад.	17.5/250	10.63	5.38	37.6	194.63
Омлет натур.с сыром	150	20,38	30.33	2.94	303.83
Зеленый горошек	50	1.35	0	0.4	22.5
Напиток из шиповника	200	0	0	19.98	74.8
Хлеб пшен.,ржан.	70	10.5	2.8	35.93	204.17

Полдник:

Фрукты свежие	270	1.35	0	30.24	129.6
Кисло-молочный продукт	200	3,4	3,2	44,46	207,6
Итого:		47,61	41,44	172,07	1193,61