"УТВЕРЖДАЮ"

Директор МП "Детское питание"
города Рязани

Каминская И. В.

«11» января 2021 г.

"СОГЛАСОВАНО"

МБОУ „Школа №7 „Русская классическая школа"

Директор Червяков Н.Н

«11» января 2021 г.

Примерное цикличное меню для организации дополнительного питания учащихся в школах с 1 по 11 класс
Муниципального предприятия «Детское питание» города Рязани

№ рец. по сборнику 2015 г	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B_1	C	A	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	13	14	15
1-й день													
16	Колбаса полукопченая	25	3,78	10,03	0,08	105,84	0,008	-	-	6,5	50,5	6,25	0,55
ПР	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,68	46,87	0,02	-	-	4,61	17,44	6,62	0,22
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	-	0,03	-	11,1	2,8	1,4	0,28
	Итого		5,43	10,25	24,76	**212,71**	0,028	0,03	0	22,21	70,74	14,27	1,05

№ рец. по сборнику 2015 г	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B_1	C	A	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	13	14	15
2-й день													
ПР	Печенье Юбилейное	50	3,8	9	33,5	231,5	0,18	-	0,1	11,5	32,5	5	2,1
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	-	0,03	-	11,1	2,8	1,4	0,28
	Итого		3,87	9,02	48,5	**291,5**	0,18	0,03	0,1	22,6	35,3	6,4	2,38

Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/ Под ред. И.М. Могильного и В. А Тутельяна. -М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

№ рец. по сборнику 2015 г	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B_1	C	A	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	13	14	15
3-й день													
16	Ветчина варено-копченая (порциями)	25	5,65	5,23	-	70	-	-	-	2,92	67	8,75	-
ПР	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,68	46,87	0,02	-	-	4,61	17,44	6,62	0,22
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	-	0,03	-	11,1	2,8	1,4	0,28
	Итого		7,3	5,45	24,68	**176,87**	0,02	0,03	0	18,63	87,24	16,77	0,5

№ рец. по сборнику 2015 г	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B_1	C	A	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	13	14	15
4-й день													
15	Сыр российский (порциями)	25	5,8	7,38	-	90	0,008	0,175	0,1	220	125	8,75	0,25
ПР	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,68	46,87	0,02	-	-	4,61	17,44	6,62	0,22
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	-	0,03	-	11,1	2,8	1,4	0,28
	Итого		7,45	7,6	24,68	**196,87**	0,028	0,205	0,1	235,71	145,24	16,77	0,75

Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/ Под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. –М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

№ рец. по сборнику 2015 г	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B_1	C	A	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	13	14	15
	5-й день												
ПР	Вафли Сливочные	50	3,9	6,4	18,8	147,8	0,041	0,14	0,1	30,89	50,6	6,97	0,49
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	-	0,03	-	11,1	2,8	1,4	0,28
	Итого		3,97	6,42	33,8	**207,8**	0,041	0,17	0,1	41,99	53,4	8,37	0,77

Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/ Под ред. И.М. Могильного и В. А Тутельяна. –М.: ДеЛи, 2015. - 544 с.

№ рец. по сборнику 2015 г	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B_1	C	A	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	13	14	15
	6-й день												
ПР	Печенье Топленое молоко	50	3,8	8,5	33,5	225	0,04	-	0	4,5	45	10	1,05
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	-	0,03	-	11,1	2,8	1,4	0,28
	Итого		3,87	8,52	48,5	**285**	0,04	0,03	0	15,6	47,8	11,4	1,33

Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/ Под ред. И.М. Могильного и В. А Тутельяна. –М.: ДеЛи, 2015. - 544 с.

№ рец. по сборнику 2015 г	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B_1	C	A	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	13	14	15
7-й день													
16	Колбаса полукопченая	25	3,78	10,03	0,08	105,84	0,008	-	-	6,5	50,5	6,25	0,55
ПР	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,68	46,87	0,02	-	-	4,61	17,44	6,62	0,22
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	-	0,03	-	11,1	2,8	1,4	0,28
	Итого		5,43	10,25	24,76	**212,71**	0,028	0,03	0	22,21	70,74	14,27	1,05

№ рец. по сборнику 2015 г	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B_1	C	A	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	13	14	15
8-й день													
ПР	Пряник Сливочный	50	2,5	4,5	35	195	-	-	-	-	-	-	-
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	-	0,03	-	11,1	2,8	1,4	0,28
	Итого		2,57	4,52	50	**255**	0	0,03	0	11,1	2,8	1,4	0,28

Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/ Под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. –М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.

№ рец. по сборнику 2015 г	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B_1	C	A	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	13	14	15
9-й день													
16	Ветчина варено-копченая (порциями)	25	5,65	5,23	-	70	-	-	-	2,92	67	8,75	-
ПР	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,68	46,87	0,02	-	-	4,61	17,44	6,62	0,22
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	-	0,03	-	11,1	2,8	1,4	0,28
	Итого		7,3	5,45	24,68	**176,87**	0,02	0,03	0	18,63	87,24	16,77	0,5

№ рец. по сборнику 2015 г	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B_1	C	A	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	13	14	15
10-й день													
15	Сыр российский (порциями)	25	5,8	7,38	-	90	0,008	0,175	0,1	220	125	8,75	0,25
ПР	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,68	46,87	0,02	-	-	4,61	17,44	6,62	0,22
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	-	0,03	-	11,1	2,8	1,4	0,28
	Итого		7,45	7,6	24,68	**196,87**	0,028	0,205	0,1	235,71	145,24	16,77	0,75

Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/ Под ред. П.М. Могильного и В. А Тутельяна. –М.: ДеЛи, 2015. – 544 с.