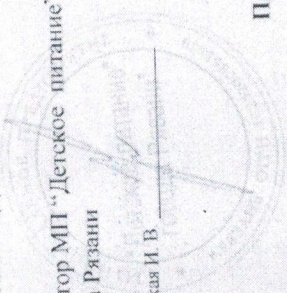


"УТВЕРЖДАЮ"

Директор МП "Детское питание"
города Рязани

Каминская И. В.



Директор МП "Детское питание"
города Рязани
Сурянов С. Юрьевич

Примерное шкльное меню для организации дополнительного питания учащихся в школах с I по II класс
Муниципального предприятия «Детское питание» города Рязани

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ рец. по сборнику 2015 г	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
1-й день															
Пр	Печенье Сахарное	50	3,75	12,25	35,25	213	0,04	-	0,006	1,75	14,5	45	10	1,05	
376	Чай с низким содержанием сахара	200	0,07	0,02	9,98	40	-	0,03	-	-	11	2,8	1,4	0,26	
	Итого		3,82	12,27	45,23	253	0,04	0,03	0,006	1,75	25,5	47,8	11,4	1,31	
2-й день															
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
2-й день															
16	Ветчина варено-копченая (порциями)	20	4,52	4,18	-	56	-	-	-	-	2,34	53,6	7	-	
Пр	Хлеб пшеничный	200	1,58	0,2	9,68	46,87	0,02	-	-	0,26	4,61	17,44	6,62	0,22	
376	Чай с низким содержанием сахара	200	0,07	0,02	9,98	40	-	0,03	-	-	11	2,8	1,4	0,26	
	Итого		6,17	4,4	19,66	142,87	0,02	0,03	0	0,26	17,95	73,84	15,02	0,48	

№ рец. по сборнику 2015 г	Прим пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
3-й день															
ПР	Пряник Сливочный	50	2,5	4,5	35	195	-	-	-	-	-	-	-	-	
376	Чай с низким содержанием сахара	200	0,07	0,02	9,98	40	-	0,03	-	-	11	2,8	1,4	0,26	
Итого			2,57	4,52	44,98	235	0	0,03	0	0	11	2,8	1,4	0,26	

№ рец. по сборнику 2015 г	Прим пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
4-й день															
ТТК	Песочник	50	3,11	9,39	33,51	230,98	0,048	-	-	2,96	4,75	25,28	4,67	0,38	
376	Чай с низким содержанием сахара	200	0,07	0,02	9,98	40	-	0,03	-	-	11	2,8	1,4	0,26	
Итого			3,18	9,41	43,49	270,98	0,048	0,03	0	2,96	15,75	28,08	6,07	0,64	

№ ред. по сборнику 2015 г	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
5-й день															
15	Сыр российский (порциями)	20	4,64	5,9	-	72	0,006	0,14	0,052	0,1	176	100	7	0,2	
ПР	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,68	46,87	0,02	-	-	0,26	4,61	17,44	6,62	0,22	
376	Чай с низким содержанием сахара	200	0,07	0,02	9,98	40	-	0,03	-	-	11	2,8	1,4	0,26	
	Итого		6,29	6,12	19,66	158,87	0,026	0,17	0,052	0,36	191,61	120,24	15,02	0,68	

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

№ ред. по сборнику 2015 г	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
6-й день															
ПР	Пряник Сливочный	50	2,5	4,5	35	195	-	-	-	-	-	-	-	-	
376	Чай с низким содержанием сахара	200	0,07	0,02	9,98	40	-	0,03	-	-	11	2,8	1,4	0,26	
	Итого		2,57	4,52	44,98	235	0	0,03	0	0	11	2,8	1,4	0,26	

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

№ рец. по сборнику 2015 г	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
9-й день															
16	Ветчина варено-копченая (порциями)	20	4,52	4,18	-	56	-	-	-	-	2,34	53,6	7	-	
	ПР Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,68	46,87	0,02	-	-	0,26	4,61	17,44	6,62	0,22	
	Чай с низким содержанием сахара	200	0,07	0,02	9,98	40	-	0,03	-	-	11	2,8	1,4	0,26	
	Итого		6,17	4,4	19,66	142,87	0,02	0,03	0	0,26	17,95	73,84	15,02	0,48	

№ рец. по сборнику 2015 г	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
10-й день															
	ПР Песочник	50	3,11	9,39	33,51	230,98	0,048	-	-	2,96	4,75	25,28	4,67	0,38	
	Чай с низким содержанием сахара	200	0,07	0,02	9,98	40	-	0,03	-	-	11	2,8	1,4	0,26	
	Итого		3,18	9,41	43,49	270,98	0,048	0,03	0	2,96	15,75	28,08	6,07	0,64	

Сборник технических нормативов - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/ Под ред. П.М. Могильного и В.А. Гутельяна - М., ДеЛит, 2015 - 544 с.