

Согласовано:  
Директор школы Вешновская СШ  
Сержикова А.К.



Утверждаю:  
Директор Комбинат питания  
А.Мундашева



**Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет,  
детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра,  
обучающихся в муниципальном образовательном учреждении.**

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:  
Директор

*С.В. Серин*  
Серин С.В. И.К.

«КОМБИНАТ ПИТАНИЯ»  
Г. Тверь  
Директор «Комбинат питания»  
И.А. Мундашева

1 день

| Прием пищи, наименование блюда      | Масса порции, г | Стоимость рациона, руб. | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|-------------------------------------|-----------------|-------------------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                     |                 |                         | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г |                               |             |                  |
| <b>Завтрак</b>                      |                 |                         |                  |             |             |                               |             |                  |
| Бутерброд с сыром                   | 50              |                         | 6,1              | 8,7         | 14,8        | 162                           | 3           | 2017             |
| Каша "Дружба"                       | 150             |                         | 6,5              | 8,3         | 25,1        | 211                           | 356         | 2022             |
| Фрукты свежие                       | 100             |                         | 0,4              | 0,4         | 9,8         | 44                            | 338         | 2017             |
| Кофейный напиток злаковый на молоке | 200             |                         | 3,0              | 1,8         | 26,0        | 124                           | 774         | 2022             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>         | <b>500</b>      | <b>138,85</b>           | <b>16,0</b>      | <b>19,2</b> | <b>75,7</b> | <b>541</b>                    |             |                  |

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор

*Семенилова АК*

Утверждаю  
Директор ООБ "Муниципальное образовательное учреждение "Комбинат для детей с ограниченными возможностями здоровья" И.А. Мундашева



| Прием пищи, наименование блюда   | Масса порции, г | Стоимость рациона, руб. | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--|-----------------|-------------------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|  |                 |                         | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г |                               |             |                  |
| <b>2 день</b>  |                 |                         |                  |             |             |                               |             |                  |
| <b>Завтрак</b>   |                 |                         |                  |             |             |                               |             |                  |
| Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашенная капуста; вареные морковь или свекла) | 60              |                         | 0,9              | 0,1         | 5,3         | 26                            | т.24        | 1996             |
| Плов из птицы  | 200             |                         | 16,4             | 19,9        | 34,8        | 354                           | 291         | 2017             |
| Чай с сахаром  | 200             |                         | 0,2              | 0,0         | 10,0        | 40                            | 782         | 2022             |
| Хлеб из муки пшеничной   | 40              |                         | 2,7              | 0,8         | 17,6        | 88                            | 23          | 2022             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>500</b>      | <b>138,85</b>           | <b>20,2</b>      | <b>20,8</b> | <b>67,7</b> | <b>508</b>                    |             |                  |

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:  
Директор

  
Серикбаева С.

  
«КОУ СОШ № 10»  
Директор «Клуба питания»  
В.А. Мундашева

3 день

| Прием пищи, наименование блюда  | Масса порции, г | Стоимость рациона, руб. | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|-----------------|-------------------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|   |                 |                         | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г |                               |             |                  |
| <b>Завтрак</b>  |                 |                         |                  |             |             |                               |             |                  |
| Вареники (из полуфабриката промышленного производства) с творогом с соусом молочным | 230             |                         | 23,3             | 15,3        | 45,9        | 368                           | 395         | 2017             |
| Чай фруктовый   | 200             |                         | 0,2              | 0,0         | 10,2        | 43                            | 783         | 2022             |
| Кондитерские изделия  | 30              |                         | 3,8              | 4,1         | 14,0        | 91                            |             |                  |
| Хлеб из муки пшеничной  | 40              |                         | 2,7              | 0,8         | 17,6        | 88                            | 23          | 2022             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>500</b>      | <b>138,85</b>           | <b>30,0</b>      | <b>20,2</b> | <b>87,7</b> | <b>590</b>                    |             |                  |

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор

  
 МОУ "КОМБИНАТ" ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ  
 Директор

  
 Утверждаю  
 Директор МОУ "Комбинат питания"  
 Н.М. Мундашева

4 день

| Прием пищи, наименование блюда   | Масса порции, г | Стоимость рациона, руб. | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--|-----------------|-------------------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|  |                 |                         | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г |                               |             |                  |
| <b>Завтрак</b>   |                 |                         |                  |             |             |                               |             |                  |
| Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашенная капуста; вареные морковь или свекла) | 60              |                         | 0,9              | 0,1         | 5,3         | 26                            | т.24        | 1996             |
| Котлеты, биточки, шницели (из говядины)  | 90              |                         | 12,4             | 14,8        | 11,8        | 231                           | 268         | 2017             |
| Бобовые отварные   | 150             |                         | 14,1             | 6,9         | 33,5        | 255                           | 306         | 2017             |
| Чай каркаде с сахаром  | 200             |                         | 0,2              | 0,0         | 15,0        | 58                            | ТТК 23А     |                  |
| Хлеб из муки пшеничной   | 30              |                         | 2,1              | 0,6         | 13,2        | 66                            | 23          | 2022             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>530</b>      | <b>138,85</b>           | <b>29,7</b>      | <b>22,4</b> | <b>78,8</b> | <b>636</b>                    |             |                  |

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор



5 день

| Прием пищи, наименование блюда                          | Масса порции, г | Стоимость рациона, руб. | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|-----------------|-------------------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|   |                 |                         | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г |                               |             |                  |
| <b>Завтрак</b>  |                 |                         |                  |             |             |                               |             |                  |
| Бутерброд с маслом                                      | 40              |                         | 4,5              | 7,5         | 14,9        | 136                           | 1           | 2017             |
| Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным | 160             |                         | 7,5              | 8,9         | 28,3        | 217                           | 181         | 2017             |
| Фрукты свежие   | 100             |                         | 0,4              | 0,4         | 9,8         | 44                            | 338         | 2017             |
| Кофейный напиток злаковый на молоке                     | 200             |                         | 3,0              | 1,8         | 26,0        | 124                           | 774         | 2022             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                             | <b>500</b>      | <b>138,85</b>           | <b>15,4</b>      | <b>18,6</b> | <b>79,0</b> | <b>521</b>                    |             |                  |

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор

*Сергеева А.К.*



6 день

| Прием пищи, наименование блюда       | Масса порции, г | Стоимость рациона, руб. | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--------------------------------------|-----------------|-------------------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                                      |                 |                         | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г |                               |             |                  |
| <b>Завтрак</b>                       |                 |                         |                  |             |             |                               |             |                  |
| Пельмени мясные отварные со сметаной | 200             |                         | 16,8             | 18,6        | 35,3        | 376                           | 392         | 2017             |
| Фрукты свежие                        | 100             |                         | 0,4              | 0,4         | 9,8         | 44                            | 338         | 2017             |
| Чай с лимоном                        | 200             |                         | 0,1              | 0,0         | 15,2        | 62                            | 377         | 2017             |
| Хлеб из муки пшеничной               | 30              |                         | 2,1              | 0,6         | 13,2        | 66                            | 23          | 2022             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>          | <b>530</b>      | <b>138,85</b>           | <b>19,4</b>      | <b>19,6</b> | <b>73,5</b> | <b>548</b>                    |             |                  |

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор



*Сергеева Ж*



Утверждено:  
Директор "ООО Комбинат питания"  
*А.А.Мундашева*

7 день

| Прием пищи, наименование блюда   | Масса порции, г | Стоимость рациона, руб. | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--|-----------------|-------------------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|  |                 |                         | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г |                               |             |                  |
| <b>Завтрак</b>   |                 |                         |                  |             |             |                               |             |                  |
| Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашенная капуста, вареные морковь или свекла) | 60              |                         | 0,9              | 0,1         | 5,3         | 26                            | г.24        | 1996             |
| Котлеты или биточки рыбные любительские  | 90              |                         | 11,7             | 10,6        | 8,6         | 179                           | 467         | 2022             |
| Картофель отварной   | 150             |                         | 3,6              | 5,8         | 28,6        | 176                           | 310         | 2017             |
| Чай каркаде с сахаром  | 200             |                         | 0,2              | 0,0         | 15,0        | 58                            | ТТК 23А     |                  |
| Хлеб из муки пшеничной   | 30              |                         | 2,1              | 0,6         | 13,2        | 66                            | 23          | 2022             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>530</b>      | <b>138,85</b>           | <b>18,5</b>      | <b>17,1</b> | <b>70,7</b> | <b>505</b>                    |             |                  |

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор

*С.С. Сергеева*



8 день

| Прием пищи, наименование блюда   | Масса порции, г | Стоимость рациона, руб. | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--|-----------------|-------------------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|  |                 |                         | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г |                               |             |                  |
| <b>Завтрак</b>   |                 |                         |                  |             |             |                               |             |                  |
| Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашенная капуста; вареные морковь или свекла) | 60              |                         | 0,9              | 0,1         | 5,3         | 26                            | т.24        | 1996             |
| Шницель рубленый куриный   | 90              |                         | 11,7             | 11,2        | 14,6        | 189                           | 622         | 2022             |
| Рис с овощами  | 150             |                         | 3,5              | 4,6         | 33,5        | 180                           | 665         | 2022             |
| Чай с сахаром  | 200             |                         | 0,2              | 0,0         | 10,0        | 40                            | 782         | 2022             |
| Хлеб из муки пшеничной   | 30              |                         | 2,1              | 0,6         | 13,2        | 66                            | 23          | 2022             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>530</b>      | <b>138,85</b>           | <b>18,4</b>      | <b>16,5</b> | <b>76,6</b> | <b>501</b>                    |             |                  |

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор



*С.К. Серикова* *Н.К.*



Утверждаю  
Директор "Комбинат питания"  
Н.А.Мундаева

9 день

| Прием пищи, наименование блюда                           | Масса порции, г | Стоимость рациона, руб. | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|--|-----------------|-------------------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|  |                 |                         | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г |                               |             |                  |
| <b>Завтрак</b>   |                 |                         |                  |             |             |                               |             |                  |
| Бутерброд с повидлом                                     | 55              |                         | 4,4              | 5,9         | 27,8        | 156                           | 2           | 2017             |
| Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным | 150             |                         | 6,7              | 7,6         | 24,4        | 156                           | 182         | 2017             |
| Фрукты свежие  | 100             |                         | 1,5              | 0,5         | 21,0        | 96                            | 338         | 2017             |
| Кофейный напиток злаковый на молоке                      | 200             |                         | 3,0              | 1,8         | 26,0        | 124                           | 774         | 2022             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                              | <b>505</b>      | <b>138,85</b>           | <b>15,6</b>      | <b>15,8</b> | <b>99,2</b> | <b>532</b>                    |             |                  |

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор

*И.А. Серкина*

Утверждаю  
Директор "КОМБИНАТ  
"Муниципальное образовательное учреждение  
"Центр питания"  
И.А. Мудашева



10 день

| Прием пищи, наименование блюда   | Масса порции, г | Стоимость рациона, руб. | Пищевые вещества |             |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--|-----------------|-------------------------|------------------|-------------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|  |                 |                         | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г |                               |             |                  |
| <b>Завтрак</b>   |                 |                         |                  |             |             |                               |             |                  |
| Овощи сезонные порционно (свежие или соленые огурцы или помидоры; квашенная капуста; вареные морковь или свекла) | 60              |                         | 0,9              | 0,1         | 5,3         | 26                            | т.24        | 1996             |
| Тефтели (2 вариант) из говядины с соусом сметанным с томатом   | 90              |                         | 10,0             | 14,1        | 21,6        | 223                           | 279/331     | 2017             |
| Каша вязкая гречневая  | 150             |                         | 4,7              | 5,0         | 22,3        | 169                           | 303         | 2017             |
| Чай с сахаром  | 200             |                         | 0,2              | 0,0         | 10,0        | 40                            | 782         | 2022             |
| Хлеб из муки пшеничной   | 30              |                         | 2,0              | 0,6         | 13,2        | 66                            | 23          | 2022             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>530</b>      | <b>138,85</b>           | <b>17,8</b>      | <b>19,8</b> | <b>72,4</b> | <b>524</b>                    |             |                  |