

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ "Муниципальное бюджетное учреждение образования "СШ № 10" г. Бухары"



ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ НА первое полугодие 2024-2025 ГОДА

Составлено согласно "Санитарно-эпидемиологическим требованиям к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования" (с изменениями на 25 марта 2019 года) СанПин 2.4.5.2409-08. Методическим рекомендациям МР 2.4.0179-20 "Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций" 2.4. Гигиена детей и подростков Утверждены Руководителем Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, главным государственным санитарным врачом Российской Федерации А.Ю.Поповой 18 мая 2020г. "Технологические карты блюд и кулинарных изделий для питания детей школьного возраста". Данные технологические карты составлены в соответствии с "Санитарно-эпидемиологическим требованиям к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования" (с изменениями на 25 марта 2019 года) СанПин 2.4.5.2409-08

Для детей с 7 - 11 лет

День: понедельник

Неделя 1

№	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углев.		В	С	А	Ca	P	Mg	Fe	
1	Рассольник	197	200	1,68	4,09	13,27	96,60	0,08	6,03	0,00	21,16	57,56	20,72	0,78	
2	Тефтели мясные	286	80	11,78	12,91	14,90	223,00	0,07	1,13	51,00	57,80	140,40	28,40	1,27	
3	Каша рассыпчатая ячневая	679	150	4,79	4,26	30,83	187,02	0,09	0,00	0,02	39,14	168,00	0,02	0,83	
4	Сок фруктовый		200	0,20	0,20	22,00	92,00				0,00	0,00	0,00	0,00	
5	Хлеб пшеничный		100	7,60	0,80	49,20	234,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
6															
7															
	Итого		770	29,86	25,36	185,11	1089,58	0,16	23,08	48,03	92,87	261,71	73,28	3,17	
	Итого за день		770	29,86	25,36	185,11	1089,58	0,16	23,08	48,03	92,87	261,71	73,28	3,17	

День: вторник

№	Наименование блюда	№ рец.	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углев.		В	С	А	Ca	P	Mg	Fe	
1	Суп картофельный с бобовыми	206	250	5,49	5,28	16,33	134,75	0,23	4,65	0,00	38,08	87,18	35,30	2,03	
2	Тефтели мясные	286	80	11,78	12,91	14,90	223,00	0,07	1,13	51,00	57,80	140,40	28,40	1,27	
3	Арнир рисовый	286	160	2,32	3,96	28,97	161	0,17	0,00	21,00	16,64	134,43	47,34	1,55	
4	Чай с сахаром	943	200	0,20	0,00	14,00	28,00	0,00	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,40	
5	Хлеб пшеничный		100	7,60	0,80	49,20	234,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
6															
	Итого		790	27,39	22,95	123,4	781,15	0,47	5,78	72	118,52	362,01	111,04	5,25	





