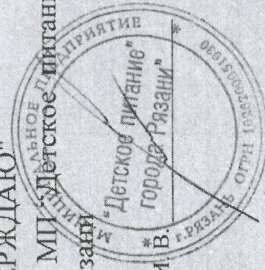


"УТВЕРЖДАЮ"

Директор МП "Детское питание"  
города Рязани

Каминская И. В.



"СОГЛАСОВАНО"

Директор МБОУ "Школа № 43"



Примерное десятидневное циклическое меню приготавливаемых блюд  
Муниципального предприятия «Детское питание» города Рязани

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя I							
День I	Фрукт свежий	120	0,46	0,36	13,08	50,4	ТК
	Сыр российский (порциями)	25	5,8	7,38	-	90	15
	Каша овсяная молочная с сушеной вишней и маслом сливочным	180	6,56	3,28	39,94	218,72	ТК
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	5,02	20	376
	Хлеб пшеничный	35	2,77	0,35	16,8	83,65	ПР
<b>Завтрак</b>		<b>560</b>	<b>15,66</b>	<b>11,39</b>	<b>74,84</b>	<b>462,77</b>	
	Овощи натуральные свежие	50	0,35	0,05	0,95	6	71
	Суп картофельный с горохом и птицей	210	6,91	4,96	13,23	135,6	102
	Плов со свиной	230	12,88	29,44	39,79	477,25	ТК
	Компот из кураги	200	0,78	0,05	18,61	78,8	348
<b>Обед</b>	Хлеб ржаной Здоровье	35	2,1	0,63	14,21	72,8	ПР
<b>Итого за обед</b>		<b>725</b>	<b>23,02</b>	<b>35,13</b>	<b>86,79</b>	<b>770,45</b>	



















День 10																						
	Фрукт свежий	120	0,48	0,48	0,48	11,76	56,4	338														
	Сыр российский (порциями)	25	5,8	7,38	-	90	15															
	Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сливочным	180	6,08	11,18	30,48	248	175															
	Чай с сахаром и лимоном	207	0,13	0,02	5,22	22	377															
	Хлеб пшеничный	35	2,77	0,35	16,8	83,65	ПР															
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>567</b>	<b>15,26</b>	<b>19,41</b>	<b>64,26</b>	<b>500,05</b>																
	Овощи натуральные свежие	50	0,35	0,05	0,95	6	71															
	Суп картофельный с крупой и рыбой	210	3,34	2,27	9,59	76,5	101															
	Котлета Аппетитная	100	16,43	13,54	16,73	254,05	ТК															
	Паста с томатным соусом	150	4,65	8,75	32,88	232,56	ТК															
	Компот их смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	22,99	96,8	349															
	Хлеб ржаной Здоровье	35	2,1	0,63	14,21	72,8	ПР															
	<b>Итого за обед</b>	<b>745,00</b>	<b>27,53</b>	<b>25,33</b>	<b>97,35</b>	<b>738,71</b>																
	<b>Итого средние показатели за цикл завтрак</b>	<b>537,30</b>	<b>20,09</b>	<b>18,28</b>	<b>64,57</b>	<b>508,57</b>																
	<b>Итого средние показатели за цикл обед</b>	<b>740,60</b>	<b>25,98</b>	<b>25,95</b>	<b>83,36</b>	<b>675,88</b>																