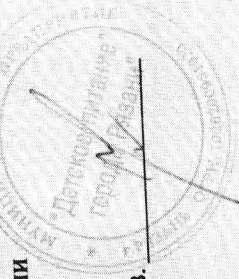


"УТВЕРЖДАЮ"

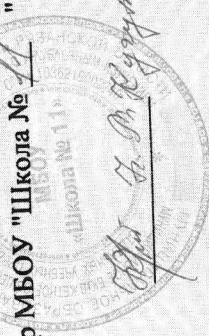
Директор МП "Детское питание"
города Рязани



Каминская И. В.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МБОУ "Школа № 11"



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

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон: осенне-зимний

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1							
День 1							
	Фрукт свежий (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	56,4	ТТК 7.1 (338М)
	Напиток кисломолочный	100	2,50	1,20	13,10	73,00	ПР
	Напиток с сыром российский (хлеб пшеничный)	20/30	6,93	6,8	15,42	150,6	ТТК 2.1
	Бутерброд с маслом	250	6,15	8,01	32,82	227,97	ТТК 1.1.1
	Каша овсяная молочная с черносливом и маслом сливочным	200/15	0,07	0,02	15,0	60,0	376 М
Завтрак	Чай с сахаром	735	16,13	16,51	88,10	567,97	
Итого за завтрак		100	0,70	0,10	1,90	11,00	ТТК 6.1.1 (71М)
	Овощи натуральные свежие (огурец)	260	11,36	7,31	22,26	200,29	ТТК 4.2.1
	Суп с бобовыми на курином бульоне с мясом	250	16,13	18,13	26,12	332,17	ТТК 9.1.1
	Картофель, тушеный с индейкой	200/15	0,32	0,12	18,02	74,46	ТТК 5.2 (388М)
	Напиток из плодов шиповника	20	1,49	0,59	10,11	53,55	ПР
	Хлеб пшеничный	50	3,43	0,49	25,20	119,28	ПР
Обед	Хлеб ржаной Здоровье	895	33,43	26,74	103,61	790,75	
Итого за обед		1630	49,56	43,25	191,71	1358,72	
Итого за день							

