

СОГЛАСОВАНО

Заместитель главного государственного

санитарного врача по Красноярскому краю



УТВЕРЖДАЮ

ООО «РИЧ»

СОГЛАСОВАНО  
МАОУ СПШ № 53



О. А. Калашников

10 2020 г.

10 2020 г.

**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ**

**В МУНИЦИПАЛЬНОМ АВТОНОМНОМ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ**

**«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 53 ГОРОДА КРАСНОЯРСКА (сокращенное наименование – МАОУ СПШ № 53),**

**(ОРГАНИЗАТОР ПИТАНИЯ – ООО «РИЧ»)**

**(КРАСНОЯРСКИЙ КРАЙ, Г. КРАСНОЯРСК, УЛ. ЛЬВОВСКАЯ, ДОМ 43)**

г. Красноярск

2020 г.



Хлеб пшеничный			40	10,67	4,53	43,54	274	0,411	0,252	0,2	0	0,19	125	3,6	41	129	гп
Обед																	
Рассольник по- ленинградски			250	2,32	4,11	20,45	120	0,05	0,04	5,1	400	0,6	266,1	1,02	13,7	37,1	28
Картофель	100	75															
Крупа перловая	5	5															
Морковь	12,5	10															
Лук репчатый	6	5															
Огурцы соленые	27	15															
Масло сливочное	4	4															
Бульон или вода	188	188															
Котлеты домашние			75	11,86	9,95	11,35	182	0,2	0,1	0,4	70	0,5	27,6	0,98	16,1	119,2	9
Фарш домашний	65	59															
Хлеб пшеничный	15	15															
Вода или молоко	19	19															
Сухари	8	8															
Каша гречневая			150	8,55	5,49	38,67	237	0,1	0,05	0	2	1,7	8,4	4,68	56,1	81,9	24
Крупа гречневая	69	69															
Масло сливочное	4	4															
Чай с сахаром			200	0,02	0	14,97	59	0	0	0	0	0	6	0,13	3	4	57
Чай заварка		50															
Сахар	15	15															
Вода	135	135															
Овощи свежие			50	0,8	0,1	2,8	15	0,03	0,04	10	10	0,1	23	0,6	14	42	гп
Хлеб пшеничный			40	10,67	4,53	43,54	274	0,411	0,252	0,2	0	0,19	125	3,6	41	129	гп
Хлеб ржаной			20	8,5	3,3	42,5	259	0,434	0,335	0,4	0	0,33	73	2,83	40	125	Гп









Сахар	5	5																				
Масса готовой каши		195																				
Масло сливочное	5	5																				
Масло сливочное			6	0,6	82,5	0,8	148															гп
Колбаса полукопченая порционно			20	14	43	0	415	0,2	0,2	0	0	0	9	2,3	25	204						гп
Кофейный напиток			200	2,4	1,8	35,6	168,9	0,059	0,106	0,86	14,5	0,077	84,32	0,508	28,47	105						2
Кофейный напиток	3	3																				
Молоко	180	180																				
Вода	30	30																				
сахар	15	15																				
Хлеб пшеничный			40	10,67	4,53	43,54	274	0,411	0,252	0,2	0	0,19	12	3,6	41	129						гп
Суп картофельный с рыбами консервами			250	3	1,6	7,5	56,3	0,05	0,032	3,91	77,3	0,598	10,23	0,469	12,48	29,						60
																4						
Рыбные консервы	45	43																				
Крупа перловая	5	5																				
Картофель	76	57																				
Морковь	12,5	10																				
Лук репчатый	12	10																				
Масло сливочное	4	4																				
Вода	175	175																				
Котлеты рыбные			75	11	3,8	16,8	144,9	0,008	0,037	1,01	12,1	0,1	12,01	0,25	0,25	21,						23
Фарш рыбный лососевый	67	64														8						



























Масло сливочное	4	4																	
Вода	122	122																	
Фрикадельки полуфабрикат		20																	
Фарш	29	21																	
Лук репчатый	3	2																	
Яйцо	1/10 шт	4																	
Птица жаренная			75	23,3	19,8	0,1	272	0	0,005	1,5	70	1	50	1,8	25	230			
Курица	106	106																	
Масло растительное	4	4																	
Масса жареной птицы		75																	
Макаронны отварные			150	3,6	0,4	20	98	0,04	0,01	0	0	05	7	0,6	6	24	16		
Макаронные изделия	44	44																	
Вода	264	264																	
Масса отварных макаронных изделий		125																	
Компот из сухофруктов			200	0,3	0	14,5	55,6	0,003	0,01	0,2	100	0,2498	2,6	0,3	9,7	19, 8	17		
Сухофрукты	21	21																	
Сахар-песок	15	15																	
Вода	190	190																	
Хлеб пшеничный			40	10,67	4,53	43,54	274	0,411	0,252	0,2	0	0,19	125	3,6	41	129	Гп		













Огурцы соленые	25	20																			
Картофель	40	30																			
Томатная пюре	10	10																			
Масло сливочное	5	5																			
Бульон или вода	190	190																			
Тефтели			75	9,8	9	10,1	158,5	0,05	0,1	7,6	100	0,6	27,8	1,6	19,7	117	26				
Котлетное мясо	45	38																			
Молоко или вода	7	7																			
Крупа рисовая	5	5																			
Масса готового риса		13																			
Лук репчатый	6	6																			
Масло сливочное	2	2																			
Масса пастированного лука		3																			
Масса полуфабриката		84																			
Макаронные отварные			150	3,6	0,4	20	98	0,04	0,01	0	0	0,5	7	0,6	6	24	16				
Макаронные изделия	44	44																			
Вода	264	264																			
Масса отварных макаронных изделий		125																			
Масло сливочное	5	5																			
Чай с сахаром			200	0,02	0	59	14,97	0	0	0	0	0	6	0,13	3	4	57				









Сырок глазированный			35	8	18	37	396	0,048	0,03	0,4	88	0,5	114	1,5	39	186	Гп
Чай с сахаром			200	0,02	0	14,97	59	0	0	0	0	0	6	0,13	3	4	57
Чай заварка		50															
Сахар	8	8															
Вода	135	135															
Хлеб пшеничный			40	10,67	4,53	43,54	274	0,411	0,252	0,2	0	0,19	125	3,6	41	129	Гп
Хлеб ржаной			20	8,5	3,3	42,5	259	0,434	0,335	0,4	0	0,33	73	2,83	40	125	Гп