

Наименование учреждения:

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа имени Героя Российской Федерации Максима Пассара с. Найхин»

Утверждаю:

Директор



Глушанина Ольга Филипповна



Меню десятидневное

Для детей с прибыванием в учреждении более 6 часов

Возрастная категория 12-18 лет.

Сезон: осень-зима

Меню составлено с соответствием документа: Г лавный государственный санитарный врач Российской Федерации Постановление от 27 октября 2020 года № 32 Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПин 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»

Меню составлено на основнии сборников рецептур:

1. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания общеобразовательных школах под ред. В.Т. Лапшиной, издательство «Хлебпродинформ», 2004.
2. Методические указания города Москвы «Организация питания в дошкольных общеобразовательных учреждениях», М. 2007.
3. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех общеобразовательных учреждениях под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна – М. : ДеЛи плюс, 2005 г.
4. Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга.- СПб. Речь, 2008.-800 с.
5. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех общеобразовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна – М. : ДеЛи принт, 2011.-544с.
6. Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под ред. Переваловп А.Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012г.

МЕНЮ

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
БУТЕРБРОД С СЫРОМ 40	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 90	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (с молоком	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ 40	ОЛАДЬИ (с молоком сгущенным) 115/35	ГРУШИ 100	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 40	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА (с соусом молочным	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ 40	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 85
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ 170	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ЧАЙ СЛАДКИЙ С МОЛОКОМ 200	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ 170	КАКАО С МОЛОКОМ И САХАРОМ 200	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 100	КАКАО С МОЛОКОМ И САХАРОМ 200	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ 170	БЛИНЫ (с джемом) 50/20
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ЧАЙ СЛАДКИЙ С ЛИМОНОМ 200	ВАРЕНЕЦ 200	ЧАЙ С САХАРОМ	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ЧАЙ СЛАДКИЙ С МОЛОКОМ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 200	КЕФИР 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 50	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ЧАЙ СЛАДКИЙ С ЛИМОНОМ 200
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ (. в	ПЕЧЕНЬЕ 30		СОК ПЕРСИКОВЫЙ 200		ВАФЛИ 40	РЯЖЕНКА 180		КЕФИР 180	СОК ВИШНЕВЫЙ 200
Обед									
САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ 100	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И	ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ 100	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ С МОРСКОЙ	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ	ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ 100	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 100	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ(ассорти) 100	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 100
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ(с отв.курицей) 250/47	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (отв.говядина+	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 300	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА БУЛЬОНЕ ИЗ ПТИЦЫ (отв.мясо птицы) 250/20	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (с отв.говядиной	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИ Й (со сметаной) 250/5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫ Й С БОБОВЫМИ (с гречками) 250/10	СУП РЫБНЫЙ (горбуша) 300	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И ФРИКАДЕЛЬКАМ
ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ (говядина) 100	ПЕЧЕНЬ ПО- СТРОГАНОВСК И 120	ФРИКАДЕЛЬК И ИЗ ПТИЦЫ(соус молочный)	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (кета, соус молочный) 120	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ (соус томатный) 120	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 250	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ 250	РЫБА ЖАРЕНАЯ (навага) 100
РАГУ ОВОЩНОЕ 180	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 180	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 180	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С КАШЕЙ 180	МАКАРОННЫ Е ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С	СОК ВИШНЕВЫЙ 200	МАКАРОНЫ С СЫРОМ 180	КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ 180	МОРС ИЗ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫ Х (брусника+ вишня()	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 180
МОРС ИЗ ЯГОДЫ СВЕЖЕМОРОЖЕННО Й (брусника) 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	КИСЕЛЬ СЛАДКИЙ ИЗ ВИШНИ (св/м) 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫ Х ЯГОД (смородина)	КОМПОТ СЛАДКИЙ ИЗ КУРАГИ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 60	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	КИСЕЛЬ СЛАДКИЙ ИЗ СМЕСИ ЯГОД (св./м.)
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ	ХЛЕБ	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	ХЛЕБ	ХЛЕБ	ХЛЕБ	ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ РЖАНОЙ 60	ХЛЕБ
ХЛЕБ РЖАНОЙ 60	ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ	ХЛЕБ РЖАНОЙ 60	ХЛЕБ		ХЛЕБ РЖАНОЙ	ХЛЕБ	ЯБЛОКИ 100	ХЛЕБ РЖАНОЙ
ЯБЛОКИ 100	ГРУШИ 100	ЯБЛОКИ 100	ГРУШИ 100	ЯБЛОКИ 100		ЯБЛОКИ 100	ГРУШИ 100		