

Экспертное заключение №110
 Главный врач РОСПОТРЕБНАДЗОРа
 РД по Ботлихскому району
 Джамалудинова Х.М.



**Примерное двухнедельное меню
 приготавливаемых блюд на неделю согласно СанПин 2.4.5.2409-08 для питания школьников с 6,6 до 11 лет в
 МКОУ «Тлохская СОШ»**

ДНИ НЕДЕЛИ	НАМЕНОВАНИЕ БЛЮД					
	Завтрак 470-587,5 ккал					
	1 неделя	Масса	Ккал	2 неделя	Масса	Ккал
Понедельник 1 день	1. Каша рисовая молочная 2. Чай с сахаром 3. Хлеб белый из муки пш. 2 сорт 4. Масло сливочное (порциями) 5. Булка 6. Овощи свежие в нарезке	150 200 30 10 35 60	177 48 65 88 100 45	1. Каша гречневая 2. Сок AMBRE 3. Хлеб белый 4. Булка 5. Овощи свежие в нарезке 6. Яйцо 7. Яблоко	150 200 30 35 60 40 100	240 36 65 100 45 63 38 587
	ИТОГО		528			
Вторник 2 день	8. Макаaronные изделия отварные 9. Гуляш 10. Сок AMBRE 11. Хлеб белый 12. Груша 13. Сыр	100 100 200 30 100 15	155 193 36 65 47 54	1. Макаaronные изделия отварные 2. Гуляш 3. Чай с сахаром 4. Хлеб белый 5. Масло сливочное (порциями)	150 100 200 30 10	155 193 48 65 88 549
	ИТОГО		550			
Среда 3 день	1. Каша овсяная молочная вязкая 2. Сыр тв(порциями) 3. Чай с с сахаром 4. Хлеб белый из муки пш. 2 сорт 5. Масло сливочное (порциями) 6. Яблоко 7. Овощи свежие в нарезке	150 15 200 30 10 100 60	164 54 48 65 88 38 45	1. Каша тиенная молочная 2. Сок AMBRE 3. Овощи свежие в нарезке 4. Хлеб белый 5. Банан 6. Конфеты	150 200 60 30 100 10	234 36 45 65 89 45 514
	ИТОГО		502			
Четверг 4 день	7. Каша тиенная молочная 8. Банан 9. Хлеб белый из муки пш. 2 сорт 10. Сок AMBRE 11. Яйцо 12. Сыр	150 100 30 200 40 15	234 89 65 36 63 54	1. Каша овсяная молочная 2. Чай с сахаром 3. Сыр твердый 4. Масло сливочное 5. Хлеб 6. Овощи свежие в нарезке 7. Печенье	150 200 15 10 30 60	164 48 54 88 65 45 464
	ИТОГО		541			
Пятница 5 день	1. Каша гречневая 2. Чай с с сахаром 3. Хлеб белый из муки пш. 2 сорт 4. Сыр твердый(порциями) 5. Булка 6. Овощи свежие в нарезке	150 200 30 15 35 60	240 48 65 54 100 45	1. Какао с молоком сгущенным 2. Овощи свежие в нарезке 3. Хлеб белый 4. Булки 5. Сыр 6. Мандарин	200 60 30 35 15 100	147 45 65 105 54 45 461
	ИТОГО		557			
Суббота 6 день	1. Макароны 2. Хлеб белый из муки пш. 2 сорт 3. Чай с сахаром 4. Конфеты 5. Банан 6. Сосиска отварная 7. Сыр	100 30 200 10 100 80 15	155 65 48 45 89 90 54	1. Каша рисовая молочная 2. Сок AMBRE 3. Хлеб белый 4. Сосиска отварная 5. Банан	150 200 30 80 100	177 36 65 90 89 472
	ИТОГО		546			