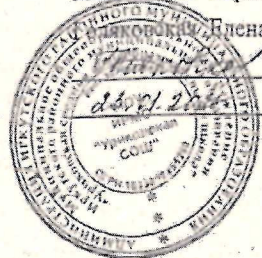


1001

СОГЛАСОВАНО:
Директор школы

УТВЕРЖДАЮ:
Руководитель
Олейник Андрей Александрович

МОУ ИРМО «Уриковская СОШ, НОШ»



Плена Юрьевна

2023г.



А.А. Олейник

2023г.

Основное (организованное) десятидневное меню трехразового питания (завтраки, обеды, полдники)
для учащихся общеобразовательных организаций Иркутского районного муниципального образования

Для пищеблоков доготовочных организаций.

(Сезон зима-весна)

Возраст с 12 лет и старше.

2023 учебный год.

Химический состав и калорийность российских продуктов питания В.Атутельян Москва Дети плюс -2012г.

Сборник для школ Москва Дети плюс -2017г.

ПП - Промышленное производство

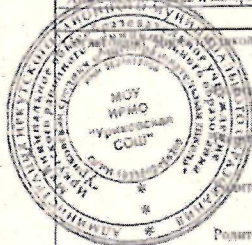


Отчет о (приемочном) испытательном акте урегулирования питания (питание, обеды, полдники)
для учащихся общеобразовательных организаций Иркутского района в муниципальном образовании
Для муниципальных дошкольных организаций Возраст с 12 лет и старше. (Срок действия) 2012 год

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	М рецептуры, сборник
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1, день 1							
Завтрак							
	Каша молочная с маслом	250	5,37	9,43	37,27	256,00	об Москва Дели плюс 2017г №181
	Каша с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60	об Москва Дели плюс 2017г №182
	Сыр порционный	15	2,32	2,95	0,00	36,00	Промышленное производство
	Кондитерское изделие (печенье сахарное)	20	0,56	0,11	18,26	68,20	Промышленное производство
	Хлеб пшеничный	40	3,04	1,62	14,11	94,40	Промышленное производство
	Хлеб ржаной	30	6,46	2,13	10,32	80,65	Промышленное производство
		555,00	21,83	19,78	97,54	653,85	
Обед							
	Суп картофельный с рыбой	250	13,63	6,21	8,40	124,28	об Москва 2004г №11
	Макаронные изделия отварные со сливочным маслом	200	6,80	13,27	43,92	183,42	об Москва Дели плюс 2017г №203
	Птица тушенная с овощами в соусе (грудка цыпленка бройлера)	90	16,95	10,47	35,73	305,30	об Москва Дели плюс 2017г №202
	Компот из смеси сухофруктов	200	8,29	8,93	37,36	238,12	об Москва Дели плюс 2017г №349
	Хлеб пшеничный	40	3,04	1,62	14,11	90,40	Промышленное производство
	Хлеб ржаной	30	6,46	2,13	10,32	80,65	Промышленное производство
		810,00	55,26	42,65	149,84	1022,17	
Полдник							
	Сок натуральный фруктовый	11200	0,60	0,00	33,00	176,30	Промышленное производство
	Фрукт свежий	11150	0,4	0,4	9,80	70,00	Промышленное производство
		350,00	1,00	0,40	42,80	246,30	
		555,00	21,83	19,78	97,54	653,85	
		810,00	55,26	42,65	149,84	1022,17	
		350,00	1,00	0,40	42,80	223,30	
		1715,00	78,09	62,83	290,18	1899,32	

* Сборник для школ Москва Дели плюс -2017г.

* Химический состав и калорийность российских продуктов питания В Атласе Москва Дели плюс -2012



Секретарь: *Савченко Е.В.*
 Классный руководитель: *Кашинцева О.М.*
 Классный руководитель: *Кашинцева Л.В.*
 Родительский контроль:



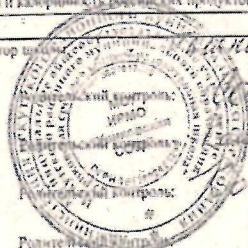
КОПИЯ ВЕРНА
 Копия МОУ Иркутской области
 Иркутская область
 20 12

12 лет и старше							
Примечание	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецепта, сборник
Начало 1. день 3							
Завтрак							
	Бутерброд: хлеб пшеничный с ветчиной	40/10	6,20	5,48	14,76	133,00	об. Москва Дели плюс 2017г №1
	Каши пшеница молочная жидкая с маслом	200/10	7,54	10,77	32,25	284,00	об. Москва Дели плюс 2017г №173
	Чай без сахара	200	0,40	0,10	0,08	2,80	об. Москва Дели плюс 2017г №375
	Яблоко печеное	100	0,20	0,50	18,84	86,42	об. Москва Дели плюс 2017г №372
	Хлеб ржаной	40	3,14	0,40	19,32	93,52	Промышленное производство
		550,00	17,48	17,25	85,25	603,74	
Обед							
	Суп крестьянский с крупой	270	1,59	5,31	6,57	65,88	об. Москва Дели плюс 2017г №98
	Плов из птицы (грудка индейки (бройлера))	270	16,13	14,13	42,83	277,15	об. Москва Дели плюс 2017г №291
	Напиток лимонный	200	0,20	0,00	26,00	106,00	об. Москва Дели плюс 2017г №346
	Хлеб ржаной	30	6,46	2,13	10,32	80,65	Промышленное производство
	Хлеб пшеничный	40	3,04	1,62	14,11	90,40	Промышленное производство
		810,00	27,42	23,19	99,83	620,08	
Полдник							
	Сок натуральный фруктовый	1/200	0,60	0,00	33,00	176,30	Промышленное производство
	Фрукт свежий	1/150	0,4	0,4	9,8	70,00	Промышленное производство
		350,00	1,00	0,40	42,80	246,30	
Итого за завтрак:		550,00	17,48	17,25	85,25	603,74	
Итого за обед:		810,00	27,42	23,19	99,83	620,08	
Итого за полдник:		350,00	1,00	0,40	42,80	246,30	
		1710,00	45,90	40,84	227,88	1470,12	

* Сборник для школ Москва Дели плюс -2017г.

*Химический состав и калорийность российских продуктов питания В.А.Атуделян Москва Дели плюс -2012

Согласовано: Директор школы _____



Голыковская Е.В. 20.08.17
Колесникова О.А. 20.08.17
Колесникова А.В. 20.08.17



12 лет и старше							
Примечание	Наименование блюда	Все блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	№ рецепта, сборник
Итого за день 4							
Завтрак							
	Бутерброд: бутон с джемом	40,20	0,13	0,18	23,63	92,00	сб Москва Дели плюс 2017г №342
	Пельмени отварные п/ф с маслом сливочным	200,10	17,09	14,13	40,92	315,56	Промышленное производство
	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00	сб Москва Дели плюс 2017г №379
	Кондитерское изделие (пирожок)	40	0,87	3,42	4,65	34,87	Промышленное производство
	Хлеб ржаной	40	3,14	0,40	19,32	93,52	Промышленное производство
		550,00	22,75	19,48	104,42	616,95	
Обед							
	Борщ с капустой и картофелем	270	2,70	3,02	14,68	112,05	сб Москва Дели плюс 2017г №82
	Жаркое по-домашнему (свинина)	260	30,09	33,59	30,79	521,85	сб Москва Дели плюс 2017г №259
	Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,12	24,08	98,00	сб Москва Дели плюс 2017г №342
	Хлеб ржаной	30	6,46	2,13	10,32	80,65	Промышленное производство
	Хлеб пшеничный	40	3,04	1,62	14,11	90,40	Промышленное производство
		800,00	42,45	40,48	93,98	902,95	
Полдник							
	Кисломолочный напиток	11200	5,94	5,02	20,08	152,22	Промышленное производство
	Хлебобулочное изделие	11150	5,4	10,3	46,6	214,00	сб Москва Дели плюс 2017г №428
		350,00	11,34	15,32	66,68	366,22	
Итого за завтрак		550,00	22,75	19,48	104,42	616,95	
Итого за обед		800,00	42,45	40,48	93,98	902,95	
Итого за полдник		350,00	11,34	15,32	66,68	366,22	
		1700,00	76,54	75,28	265,08	1886,12	

* Сборник для школ Москва Дели плюс -2017г.

* Химический состав и калорийность российских продуктов питания В.Агулянов Москва Дели плюс -2012

Согласовано: Директор школы



Савинко Е.В. 06.10.2017
Савинко Е.В. 06.10.2017
Савинко Е.В. 06.10.2017
Савинко Е.В. 06.10.2017



5							
12 лет и старше							
Пример меню	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецепта, сборник
Неделя 1, день 5							
Завтрак							
	Каши рисовая молочная с яблоками	240,10	8,18	5,22	43,15	231,25	сб. Москва Дели плюс 2017г №177
	Горячий витаминизированный напиток "Виташола"	200	0,00	0,00	19,00	80,00	Промышленное производство
	Кондитерское изделие (запир)	30	1,49	0,04	13,60	55,40	Промышленное производство
	Хлеб пшеничный	40	3,04	1,62	14,11	90,40	Промышленное производство
	Хлеб ржаной	30	6,46	2,13	10,32	80,65	Промышленное производство
		550,00	19,57	9,01	100,18	537,70	
Обед							
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,76	4,95	7,90	89,75	сб. Москва Дели плюс 2017г №88
	Тефтели мясные с подливкой основанной (мясо птицы)	90	6,83	9,75	10,90	111,00	Промышленное производство
	Каши гречневая рассыпчатая	200	11,05	11,93	49,81	317,49	сб. Москва Дели плюс 2017г №171
	Напиток из плодов шиповника	200	0,67	0,28	20,76	88,20	сб. Москва Дели плюс 2017г №188
	Хлеб пшеничный	40	3,04	1,62	14,11	90,40	Промышленное производство
	Хлеб ржаной	30	6,46	2,13	10,32	80,65	Промышленное производство
		810,00	29,81	30,66	113,80	777,49	
Полдник							
	Сок натуральный фруктовый	11200	0,82	0,16	24,00	100,2	Промышленное
	Фрукт свежий	11150	0,4	0,1	9,8	70,00	Промышленное
		350,00	1,22	0,56	33,8	170,20	
Итого за завтрак:		550,00	19,57	9,01	100,18	537,70	
Итого за обед:		810,00	29,81	30,66	113,80	777,49	
Итого за полдник:		350,00	1,22	0,56	33,8	170,20	
		1710,00	50,60	40,23	247,78	1485,39	

* Химический состав и калорийность российских продуктов питания В.А. Тутельным Москва Дели плюс -2012

Сборник для школ Москва Дели плюс -2017г.

Согласовано: Директор школы

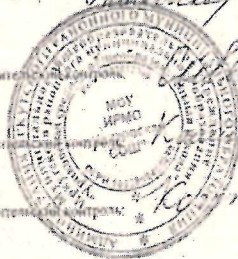
Павлова Е.Ю.

Руководитель школы

Руководитель школы

Руководитель школы

Руководитель школы



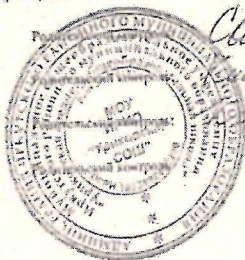
КОПИЯ ВЕРНА
МОУ ИРМО
Уральская СОШ
20.03.17

12 лет и старше Приним пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	№ рецептуры, сборник
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	Бутерброд, хлеб пшеничный с сыром	40,15	6,27	7,86	14,83	155,00	сб Москва Дети плюс 2017г №103
	Каша с мюсли	200	4,08	3,54	17,58	118,60	сб Москва Дети плюс 2017г №192
	Каша овсяная молочная	230	8,87	18,78	13,18	201,25	сб Москва Дети плюс 2017г №173
	Кондитерское изделие (печенье сахарное)	20	0,36	0,04	16,26	65,20	Промышленное производство
	Хлеб ржаной	40	6,46	2,13	19,32	91,06	Промышленное производство
		565,00	26,04	32,35	81,17	722,01	
Обед							
	Суп картофельный с рыбными	270	4,74	4,55	14,28	128,08	сб Москва Дети плюс 2017г №102
	Полдник фруктовое пюре с мясом	230/10	19,53	16,15	46,76	403,45	Промышленное производство
	Напиток из плодов шиповника	200	0,67	0,28	20,76	88,20	сб Москва Дети плюс 2017г №188
	Хлеб пшеничный	40	3,04	1,62	14,11	90,40	Промышленное производство
	Хлеб ржаной	30	6,46	2,13	10,32	80,65	Промышленное производство
		800,00	34,44	24,73	106,23	790,78	
Полдник							
	Сок натуральный фруктовый	1200	0,60	0,00	33,00	176,20	Промышленное производство
	Фрукт соевый	1100	0,40	0,4	9,8	47,00	Промышленное производство
		0,300	1,00	0,40	42,80	223,30	
		565,00	26,04	32,35	81,17	722,01	
Итого за завтрак:		565,00	26,04	32,35	81,17	722,01	
Итого за обед:		800,00	34,44	24,73	106,23	790,78	
Итого за полдник:		300,00	1,00	0,40	42,80	223,30	
		1665,00	61,48	57,48	230,20	1736,00	

* Сборник для школ Москва Дети плюс -2017г.

* Химический состав и калорийность российских продуктов питания В.А.Тютельян Москва Дети плюс -2012

Сот. лис. 000000. Директор школы



17 лет и старше							
Пример питания	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецепта, сборник
Воспит. 2, лич. 3							
Завтрак	Бутерброд белососисный	40,10	6,20	5,48	14,76	130,00	об. Москва Дети плюс 2017г №4
	Каша манная из гречки и риса	280	7,60	13,97	41,85	325,00	об. Москва Дети плюс 2017г №175
	Яблоко печенье	100	0,20	0,30	18,84	86,42	об. Москва Дети плюс 2017г №372
	Чай с сахаром, с лимонным	200	0,13	0,02	15,20	62,00	об. Москва Дети плюс 2017г №377
	Хлеб ржаной	30	6,46	2,13	10,32	80,65	Применение рецептурного
		630,00	20,59	22,10	100,87	687,07	
Обед	Рассольник Ленинградский	270	1,81	5,09	10,34	92,46	об. Москва Дети плюс 2017г №66
	Плов из говядины (фрукта запекания - бройлер)	260	16,13	14,13	42,83	277,15	об. Москва Дети плюс 2017г №291
	Компот из смеси сухофруктов	200	8,20	8,95	37,36	238,12	об. Москва Дети плюс 2017г №245
	Хлеб ржаной	30	6,46	2,13	10,32	80,65	Применение рецептурного
	Хлеб пшеничный	40	1,04	1,42	14,11	90,40	Применение рецептурного
		800,00	35,73	31,02	114,06	778,08	
Полдник	Кисломолочный напиток	11200	5,94	5,02	20,04	152,22	Применение рецептурного
	Хлебобулочное изделие	11100	5,4	10,3	46,6	306,00	об. Москва Дети плюс 2017г №428
		300,00	11,34	15,32	66,68	452,22	
Итого за завтрак		630,00	20,59	22,10	100,87	687,07	
Итого за обед		800,00	35,73	31,02	114,06	778,08	
Итого за полдник		300,00	11,34	15,32	66,68	452,22	
		1930,00	67,66	68,34	283,61	1918,27	

* Сборник для школ Москва Дети плюс - 2017г.

* Химический состав и калорийность российских продуктов питания В.А.Ахуткина Москва Дети плюс - 2012

Составитель: Директор школы



Тимофеев В.А. Тимофеев
Савинов Е.В. Савинов
Каширова О.А. Каширова
Коммеев А.В. Коммеев



Наименование блюда	Вес грамма	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецепта, источник
Суп молочный с макаронными изделиями	250	7,54	6,84	19,33	171,36	об. Москва Деловые 2017г №125
Горючий витаминизированный напиток "Витамин"	200	0,00	0,00	10,00	80,00	Промышленное производство
Масло подсолнечное	10	0,08	7,25	0,13	66,00	Промышленное производство
Кефир с изюмом	30	6,00	8,10	22,21	116,00	Промышленное производство
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	10,58	94,40	Промышленное производство
Хлеб ржаной	30	6,46	2,13	10,32	80,65	Промышленное производство
Сумма	560,00	16,66	22,51	80,35	608,41	
Борщ с капустой и картофелем	270	3,12	3,50	17,00	120,68	об. Москва Деловые 2017г №81
Жареное по-доминскому (говядина)	760	51,44	57,42	52,64	885,07	об. Москва Деловые 2017г №219
Компот из свежих яблок	200	0,16	0,12	24,08	98,00	об. Москва Деловые 2017г №342
Хлеб ржаной	30	6,46	0,13	10,32	80,65	Промышленное производство
Хлеб пшеничный	40	3,04	1,62	14,11	90,40	Промышленное производство
Сумма	800,00	64,22	62,79	118,15	1263,80	
Сок натуральный фруктовый	1200	0,60	0,00	33,00	176,30	Промышленное производство
Фрукт свежий	1100	0,4	0,4	9,8	47,00	Промышленное производство
Сумма	300,00	1,00	0,40	42,80	223,30	
Итого за завтрак	560,00	16,66	22,51	80,35	608,41	
Итого за обед	800,00	64,22	62,79	118,15	1263,80	
Итого за полдник	300,00	1,00	0,40	42,80	223,30	
Итого за день	1660,00	81,88	85,70	241,30	2095,51	

* Сборник для школ Москва Деловые 2017г.

* Химический состав и калорийность российских продуктов питания В.А. Тутельян Москва Деловые 2012

Секретарь Директор школы

Талочкова Е. И. Талочкова

Савенко Е. В. Есф

Кимурова О. Н. Канф

Корнеев А. В. Корнеев



17 лет и старше		Питательная ценность					Дополнительная информация
Продукт питания	Наименование блюда	Вес	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
Начало 2. день 5							№ рецепта, сборник
Завтрак							
	Каша рисовая молочная с яблоками	240,10	10,77	11,63	48,46	309,55	об. Москва Деят. план 2017г. №171
	Чай с сахаром	200	0,40	0,10	0,08	2,80	об. Москва Деят. план 2017г. №276
	Сыр горючего	15	2,32	2,95	0,09	34,00	Промышленное производство
	Кондитерское изделие (вафли)	20	1,16	4,56	15,00	60,00	об. Москва Деят. план 2017г. №276
	Хлеб пшеничный	40	3,04	1,62	14,11	90,40	Промышленное производство
	Хлеб ржаной	30	6,46	2,13	10,32	80,65	Промышленное производство
		555,00	24,15	22,99	88,07	579,40	
Обед							
	Суп крестьянский с крупой	230	1,85	6,15	7,61	101,25	об. Москва Деят. план 2017г. №171
	Голубцы мясные с подливкой овощным (соем стном)	90	5,83	8,75	10,25	111,00	Промышленное производство
	Каша гречневая рассыпчатая	200	13,81	11,93	49,81	317,49	об. Москва Деят. план 2017г. №171
	Наттоко. Лимонный	200	0,20	0,00	26,00	106,00	об. Москва Деят. план 2017г. №276
	Хлеб пшеничный	40	3,04	1,62	14,11	90,40	Промышленное производство
	Хлеб ржаной	30	6,46	2,13	10,32	80,65	Промышленное производство
		810,00	31,19	30,88	118,10	806,79	
	Сок натуральный фруктовый	1200	0,60	0,00	33,00	176,30	Промышленное производство
	Фрукт сырой	1100	0,4	0,4	9,8	46,70	Промышленное производство
		300,00	1,22	0,56	42,80	223,00	
Итого за завтрак		555,00	24,15	22,99	88,07	579,40	
Итого за обед		810,00	31,19	30,88	118,10	806,79	
Итого за полдник		300,00	1,22	0,56	42,80	223,00	
		1665,00	56,56	54,13	248,97	1609,19	

* Химический состав и калорийность российских продуктов питания В. Агульган Москва Деят. план 2012

Сборник для питания Москва Деят. план 2017г.

Сотворено: Директор питания

Тихонова Е. Ю. Тихонова

Савенко Е. В. Саф

Кашинцева Е. А. Каш

Корнеев А. В. Корнеев

