

УТВЕРЖДАЮ
Директор ТМК ОУ
«Дудинская средняя школа №1»

_____ / Терникова М.В.
личная подпись (ФИО)
« _____ » _____ 2022 г.

**ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ВОЗРАСТОМ 7-11 ЛЕТ
ДЛЯ НУЖД ТАЙМЫРСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО КАЗЕННОГО
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ «ДУДИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №1»**

Меню составлено с использованием программного продукта «Вижен-Софт: Питание в детском саду 2022, Питание в школе 2022», версия 1.2.87, принадлежащего ООО «Вижен-Софт», 194358, Санкт-Петербург, Придорожная аллея, д.1/153, офис 302, номер лицензии 4931-0515-6529-2527.

При составлении меню использованы:

- 1 Сборник технологических нормативов, рецептур, блюд и кулинарных изделий для дошкольных учреждений и детских оздоровительных организаций / Под ред. профессора А.Я. Перевалова. 2013 - 576 с.
2. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.- М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.
3. Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях. Сборник технических нормативов / Под редакцией Могильного М. П.-ДеЛи плюс, 2016, 640 с.

Составил: Инженер-технолог ООО НВФ ЦПТ



К. В. Горбушкин

личная подпись

2022

МЕНЮ

7-11

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день
Завтрак					
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ 60	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ 60	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 180	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ 60	МОРКОВЬ, ПРИПУЩЕННАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ 60
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ 90	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ 90	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 40	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ 90	ОМЛЕТ С СЫРОМ 150
СЫР (ПОРЦИЯМИ) 20	РАГУ ОВОЩНОЕ 150	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	СОУС ТОМАТНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	МАНДАРИН СВЕЖИЙ 100	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30
КАКАО С МОЛОКОМ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ 200
	СОК ВИШНЕВЫЙ 200	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ 200		ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ВАФЛИ 30
		КОНФЕТЫ 10		КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 200	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ 100
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 60	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ 60	ИКРА МОРКОВНАЯ 60	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГ О 60	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ 60	ТОМАТЫ В С/С 60
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 200	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 200	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ 200	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ 200	СВЕКОЛЬНИК 200
АЗУ 90	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ 100	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ ПО-КУНЦЕВСКИ 90	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ 90	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ 150	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 150
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	РИС ОТВАРНОЙ 150	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 150	РАГУ ОВОЩНОЕ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ 30
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 200	НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	СОК ПЕРСИКОВЫЙ 200		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 200
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ 100					ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ СДОБНОГО ТЕСТА С РИСОМ И ЯЙЦОМ 60

МЕНЮ

7-11

7 день	8 день	9 день	10 день	11 день	12 день
Завтрак					
БУТЕРБРОДЫ ПИКАНТНЫЕ (ГОРЯЧИЕ) 40	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 60	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ 60	БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ 60	ЛЕЧО КОНСЕРВИРОВАННОЕ 60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40
КАША ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ 150	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ 180	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ 100	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 200	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ 90	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	СОУС СМЕТАННЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ 30	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	РАГУ ОВОЩНОЕ 150	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 20
ВАТРУШКА С ТВОРОЖНЫМ ФАРШЕМ 60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	КАКАО С МОЛОКОМ 200	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 30	КАША БОЯРСКАЯ 200
АПЕЛЬСИНЫ СВЕЖИЕ 100	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ 100	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 200	СОК ВИШНЕВЫЙ 200		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 200	
				МАНДАРИН СВЕЖИЙ 100	
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ 60	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 60	ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ 60	ИКРА МОРКОВНАЯ 60	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ 60	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 60
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ 200/30	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ 200	СВЕКОЛЬНИК 200	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 200	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ 200
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ 90	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ 100	ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ 180	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ 90	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ 90	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ 90
РАГУ ОВОЩНОЕ 150	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 150	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 40
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40
СОК ПЕРСИКОВЫЙ 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ПРЯНИКИ 30	КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ 200	НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ 200	СОК ПЕРСИКОВЫЙ 200