



Изменение в меню для обучающихся общеобразовательных учреждений возрастной группы 12-18 лет (составлено в соответствии с абз.1 п. 6.8 СанПиН 2.4.3648/20)

Первая неделя. День четвертый	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	Витамины						Минеральные вещества						№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	I, мкг		
	Котлета из мяса кур	80	149,00	11,40	136,00	0,08	12,8	0,11	2,88	0,1	65,6	30,4	131,2	1,6	0,1	25,5	498	2004	
	Макаронные изделия отварные	150	5,1	9,1	34,2	0,5	0	0	1	0,03	4,9	21,1	37,2	1,1	0,4	56,9	516	2004	
	Батон йодированный	20	1,6	0,2	10,3	0,02	0	0	0,3	0	4,6	6,6	17,4	0,2	0,1	0	685	ТУ 107111-00248363077-2016	
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	0	0	0	0	0	5	4	8	1	0	0	0	2004	
	Итого за прием пищи:	450	155,90	20,80	195,50	0,60	12,80	0,11	4,18	0,13	80,10	62,10	193,80	3,90	0,60	82,40		2004	
	Овощи по сезону	40	0,4	0,1	1,5	0,03	10	0	0,2	0	5,6	8	10,4	0,3	0,1	1,4	515/576	2004	
	Суп картофельный с макаронами изделиями	250/15	4,9	6,7	15,8	0	0,8	0,2	1,3	0	26,4	11,7	38,5	0,7	0,4	57,7	147	2004	
	Жаркое по-домашнему	200	5,51	5,62	12,68	0,06	8,69	0	0	0	42,82	23,04	193,47	0,67	0,95	46		2004	
	Компот из свежих плодов с вит. С	200	0,4	0	49,6	0	16	0	0,1	0	13,8	7,1	5,9	0,3	0	0,2	631	ГОСТ 2077-84	
	Хлеб ржаной	30	2	0,3	14,9	0,5	0	0	0,3	0	6,9	7,5	31,8	0,7	0,3	1,7			
	Итого за прием пищи:	735	13,21	12,72	94,48	0,59	35,49	0,2	1,9	0	95,52	57,34	280,07	2,67	1,75	107			

\*Овощи по сезону, выпечные кондитерские изделия указаны с учетом неготовяемости блюд

**Нормативная документация**

1. СанПиН 2.4.3648-20
2. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных учреждениях «Дели плюс» 2015г. под ред. Москвы, выпуск 4, 2003г.,
3. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся учреждений города Москвы, выпуск 4, 2003г.,
4. Справочник. Рецептуры блюд для питания учащихся образовательных учреждений города Москвы, выпуск 4, 2003г.,