

СОУ ЛАСОВАНО

Начальник ТО Управления Роспотребнадзора
по Смоленской области в Гагаринском, Новодугинском,
Сычевском районах

Н.Д. Рыльева

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКОУ «Рябинковская ОШ»

Е. О. Станулевич

Приказ № 79 от 20.08.2020

МКОУ «Рябинковская ОШ»

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

(10-дневное)

для детей 12-16 лет

Рецептура блюд питания учащихся образовательных
учреждений города Москвы

Вып. 4 /Сорокина Л.И., Александрова В.Г., Барсукова Л.Л.,

Борисова И.В.: Справочник. М.: издательство «Ресторанные ведомости», 2003

1 день - Каша геркулесова с маслом - Чай с сахаром и лимоном - Хлеб пшеничный с маслом	2 день - Картофельное пюре - Поджарка - Кофейный напиток с молоком - Хлеб ржаной - Хлеб пшеничный	3 день - Гречка отварная рассыпчатая - Котлета (полуфабрикат) - Чай с сахаром - Хлеб ржаной - Хлеб пшеничный	4 день - Рис отварной - Сосиска отварная - Чай с сахаром - Хлеб ржаной - Пряник	5 день - Макароны отварные - Поджарка из рыбы - Кофейный напиток с молоком - Хлеб ржаной - Хлеб пшеничный
6 день - Каша молочная пшеничная - Чай с сахаром и лимоном - Хлеб пшеничный	7 день - Винегрет овощной - Плов - Компот из сухофруктов - Хлеб ржаной - Печенье	8 день - Макароны с сыром - Чай с сахаром и лимоном - Хлеб ржаной - Хлеб пшеничный	9 день - Рис отварной - Поджарка - Чай с сахаром - Хлеб пшеничный - Хлеб ржаной	10 день - Гречка отварная рассыпчатая - Поджарка - Кофейный напиток - Хлеб ржаной - Пряник

Витаминизация пищи: Ежедневно аскорбиновая кислота на 1 ребенка – 0,04 г, в суп или третьи блюда.