

СОГЛАСОВАНО

Главный государственный
санитарный врач г.Ровеньки
главный врач ГС"Ровеньковская
городская СЭС" МЗ ЛНР

В.В.Уперев

20.08.2018

УТВЕРЖДЕНО

начальник Управления образования
Администрации города Ровеньки

Т.В.Коваленко

2018

ПРИМЕРНОЕ ПЕРСПЕКТИВНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ НА ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ ПЕРИОД 2018 - 2019 гг ДЛЯ УЧАЩИХСЯ , ПИТАЮЩИХСЯ ЗА РОДИТЕЛЬСКИЕ ДЕНЬГИ

Сборник №1 - Современная картотека блюд

Сборник №2 - Организация питания детей в дошкольных учебных учреждениях, 2010г, (Н.В.Омельченко, Н.М.Курочка)

Сборник №3 - Организация питания детей в дошкольных учебных учреждениях", методическое пособие, 2014г. (Н.В.Омельченко, Ю.В.Баранова, Л.Л.Рябчук.)

Сборник №4 - Питание детей (М.И.Снигур, З.Т.Корешкова)

Сборник №5 "Сбалансированное питание, журнал "Расскажите внуку"

Наименование	Выход, гр	Используемые сборники (№ сборника, стр)
1-й день		
Суп рисовый	180	№2-стр100, №4-стр218
Макаронны отварные	100/5	№3-стр 505,
Гуляш куринный (бедро)	50	№2 -стр 115, №3 -стр 394, №4-стр 227
Хлеб	50	
Чай с сахаром	180	№3 -стр512
2-й день		
Борщ украинский	180	№2-стр96, №3-468, №4 -стр210
Каша ячневая	80	№1 -стр 49№4 -стр 254-255
Котлета рыбная	60	№3-стр 478,492
Хлеб	50	
Компот из сухофруктов	180	№3 - стр 516
3-й день		
Суп гороховый с гренками	160/13	№4-стр215
Картофельное пюре	125/3	№1 -стр 104
тфотеля куринная с рисом	60	№3-стр 478,493
Хлеб	50	
Кисель из сухофруктов	180	№2 -стр 140, №3-стр 517
4-й день		
Суп картофельный с макаронными изделиями 160	160	№2-стр 96, №4-стр219
Каша рисовая	90	№1 -стр 49№4 -стр 254-255
Оладьи печеночные	70	№3 -стр 491, №4 -стр233
Хлеб	50	
Чай с сахаром	180	№3 -стр512
5-й день		
Суп со свежемороженой рыбой	180	№4 -стр 220
Макаронны отварные	100/5	№3-стр 505,
Сардель отварная	40	№2 -стр 113
Хлеб	50	

6-й день		
Суп с галушками	180	№1-стр101-102
Плов из мяса кур	120	№2-стр 115, №4 -стр 493
Хлеб	50	
Компот из сухофруктов	180	№3 - стр 516
7-й день		
Суп гречневый	250	№2-стр100,№4-стр218
Картофельное пюре	100	№1 -стр 104
Ленивые голубцы	80	№3-стр 493,
Хлеб	50	
Какао со сгущ. молоком	180	№2 -стр 137, №3-стр 518
8-й день		
Борщ украинский	180	№2-стр96, №3-468, №4 -стр210
Каша пшеничная	100	№1 -стр 49№4 -стр 254-255
котлета куринная	60	№3 -стр492
Хлеб	50	
Компот из сухофруктов	180	№3 - стр 516
9-й день		
Суп "Есентуки"	160	
Макаронны отварные	100/5	№3-стр 505,
Рыба тушенная с овощами	75	№ 2 стр 120
Хлеб	50	
Кисель из сухофруктов	180	№3 -стр514
10-й день		
Суп картофельный	250	№2-стр100,№4-стр218
Плов из мяса кур	120	№2-стр 115, №4 -стр 493
Хлеб	50	
Чай с сахаром	180	№3 -стр512

Выполнил:

И.Н. Артемова

Сверено с горСЭС
фельдшер санитарный :

Т.И.Томашевская