

Составил  
 Директор ООО «Ратибор»  
 Р.Ю.Митряков

Утверждаю:  
 Директор МОУ *Митряков Р.Ю.*  
*МОУ «Средняя общеобразовательная школа № 10 Калининского района Тверской области»*



**Примерное десятидневное меню на оказание услуг по организации питания обедов по 40 рублей для учащихся общеобразовательных школ Калининского района Тверской области в соответствии с требованиями Сан Пин 2.4.5.2409-08**

№ Рец.	Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
				Б	Ж	У		
<b>1 день</b>								
	Обед							
		Рассольник ленинградский с пшеничной крупой на мясном бульоне	250	2,60	5,12	10,93	138,75	
		Компот из кураги	200	0,78	0,05	27,63	114,80	
		Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,88	19,76	91,96	
		Яблоко	100	0,8	0,8	19,6	94,0	
<b>2 день</b>								
	Обед							
		Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне	250	3,37	2,98	15,69	144,00	
		Чай	200	0,40	0,10	0,08	6,40	
		Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,88	19,76	91,96	
		Печенье	50	4,25	5,65	34,85	207,25	
<b>3 день</b>								
	Обед							
		Суп с макаронными изделиями и картофелем на курином бульоне	250	3,37	2,98	15,69	144,00	
		Компот из сухофруктов	200	0,16	0,16	27,88	114,60	
		Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,88	19,76	91,96	
		Груша	100	0,8	0,8	19,6	94,0	
<b>4 день</b>								
	Обед							
		Щи из свежей капусты с картофелем и курицей	250	2,57	5,15	7,90	124,75	
		Чай	200	0,40	0,10	0,08	6,40	
		Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,88	19,76	91,96	
		Вафли	50	4,25	5,65	34,85	105,45	
<b>5 день</b>								
	Обед							
		Суп картофельный с фасолью на курином бульоне	250	5,60	10,84	19,23	144,43	
		Чай	200	0,40	0,10	0,08	6,40	
		Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,88	19,76	91,96	
		Печенье	50	4,25	5,65	34,85	207,25	

