

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор

Школьное меню для организации питания обучающихся.

22 сентября 2023 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                       | Масса<br>порци<br>и, (гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |        | Энерге<br>-<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>(ккал) | Витамины (мг) |       |            |   | Минеральные вещества<br>(мг) |   |       |      | Цена  |
|---------------------------------------------------------|----------------------------|-------------------------|-------|--------|-------------------------------------------------------|---------------|-------|------------|---|------------------------------|---|-------|------|-------|
|                                                         |                            | Б                       | Ж     | У      |                                                       | В1            | С     | А<br>(мкг) | Е | Са                           | Р | Mg    | Fe   |       |
| Завтрак младшие                                         |                            |                         |       |        |                                                       |               |       |            |   |                              |   |       |      |       |
| Каша молочная<br>Дружба 180; 210                        | 180                        | 5,60                    | 7,60  | 29,50  | 209,00                                                | 0,10          | 0,47  |            |   | 112,38                       |   | 32,72 | 0,71 |       |
| Чай с лимоном и<br>сахаром 200; 302                     | 200                        | 0,10                    |       | 9,30   | 37,00                                                 |               | 1,12  |            |   | 2,73                         |   | 0,73  | 0,06 |       |
| Хлеб пшеничный<br>витаминизированный<br>50; 420         | 50                         | 7,50                    | 1,00  | 45,00  | 219,00                                                | 0,36          |       |            |   |                              |   |       | 3,00 |       |
| Пирожное<br>студенческое 80; 784                        | 400                        | 4,91                    | 2,51  | 46,17  | 225,14                                                | 0,06          | 0,06  |            |   | 14,43                        |   | 8,18  | 0,89 |       |
| Яблоки 200; 424,01                                      | 200                        | 0,80                    |       | 19,59  | 83,19                                                 |               | 37,93 |            |   | 37,45                        |   |       | 0,47 |       |
| Итого                                                   |                            | 18,91                   | 11,11 | 149,56 | 773,33                                                | 0,52          | 39,58 |            |   | 167,00                       |   | 41,63 | 5,13 | 64,44 |
| Обед младшие                                            |                            |                         |       |        |                                                       |               |       |            |   |                              |   |       |      |       |
| Салат Витаминный<br>60(***); 21,08                      | 60                         | 0,96                    | 2,76  | 6,66   | 54,00                                                 | 0,02          | 8,33  |            |   | 23,11                        |   | 11,81 | 0,58 |       |
| Суп картофельный с<br>лапшой домашней<br>200(***); 64,1 | 200                        | 2,30                    | 2,20  | 14,30  | 88,00                                                 | 0,07          | 5,28  |            |   | 12,08                        |   | 16,75 | 0,69 |       |
| Фрикадельки мясные<br>24; 66                            | 24                         | 3,39                    | 2,79  | 2,46   | 48,60                                                 |               |       |            |   |                              |   |       |      |       |
| Овощи тушеные с<br>мясом 175(***);<br>113,15            | 175                        | 15,30                   | 18,40 | 15,30  | 292,00                                                | 0,08          | 2,27  |            |   | 20,21                        |   | 38,61 | 2,75 |       |
| Компот из смеси<br>сухофруктов 200; 310                 | 200                        | 0,50                    | 0,10  | 31,20  | 121,00                                                | 0,07          | 0,29  |            |   | 14,62                        |   | 8,50  | 0,92 |       |
| Хлеб рж-пшеничный<br>витаминизированный<br>60; 421      | 60                         | 4,32                    | 1,08  | 25,80  | 125,40                                                | 0,10          | 5,10  |            |   |                              |   |       | 2,16 |       |
| Итого                                                   |                            | 26,77                   | 27,33 | 95,72  | 729,00                                                | 0,33          | 21,27 |            |   | 70,02                        |   | 75,67 | 7,10 | 72,54 |

Начальник ОДДП