

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор \_\_\_\_\_

Школьное меню для организации питания обучающихся.

07 сентября 2023 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                               | Масса<br>порции,<br>(гр.) | Пищевые<br>вещества (г) |       |        | Энерге-<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                                                 |                           |                         |       |        |                                                   |               |       |            |   |                              |   |        |      |       |
| Салат из<br>белокочанной капусты<br>60(***); 6,11               | 60                        | 1,27                    | 2,70  | 6,15   | 53,64                                             | 0,02          | 12,97 |            |   | 35,29                        |   | 12,32  | 0,46 |       |
| Картофельное пюре<br>180(***); 146,1                            | 180                       | 3,70                    | 5,90  | 24,00  | 166,00                                            | 0,14          | 12,45 |            |   | 42,72                        |   | 34,08  | 1,24 |       |
| Рыба, припущенная в<br>молоке 95(***); 79,14                    | 95                        | 17,50                   | 11,60 | 2,70   | 186,00                                            | 0,14          | 1,22  |            |   | 53,51                        |   | 28,35  | 0,62 |       |
| 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 пшеничный<br>витаминизированный<br>50; 420                 | 50                        | 7,50                    | 1,00  | 45,00  | 219,00                                            | 0,36          |       |            |   |                              |   |        | 3,00 |       |
| Итого                                                           |                           | 30,47                   | 21,30 | 109,05 | 745,64                                            | 0,73          | 26,93 |            |   | 146,14                       |   | 83,25  | 6,24 | 64,44 |
| Обед младшие                                                    |                           |                         |       |        |                                                   |               |       |            |   |                              |   |        |      |       |
| Суп картофельный с<br>бобовыми и гренками<br>200/40(***); 65,08 | 200                       | 4,24                    | 5,92  | 22,40  | 161,60                                            | 0,10          | 4,85  |            |   | 54,70                        |   | 25,92  | 0,97 |       |
| Фрикадельки мясные<br>24; 66                                    | 24                        | 3,39                    | 2,79  | 2,46   | 48,60                                             |               |       |            |   |                              |   |        |      |       |
| Плов из отварной<br>говядины 180(***);<br>120,1                 | 180                       | 13,32                   | 14,40 | 36,09  | 334,80                                            | 0,05          | 0,20  |            |   | 15,68                        |   | 40,75  | 2,05 |       |
| Напиток яблочный<br>200; 320                                    | 200                       |                         |       | 23,50  | 89,00                                             | 0,05          | 12,48 |            |   | 75,35                        |   | 51,38  | 1,01 |       |
| Хлеб рж-пшеничный<br>витаминизированный<br>60; 421              | 60                        | 4,32                    | 1,08  | 25,80  | 125,40                                            | 0,10          | 5,10  |            |   |                              |   |        | 2,16 |       |
| Итого                                                           |                           | 25,27                   | 24,19 | 110,25 | 759,40                                            | 0,29          | 22,63 |            |   | 145,73                       |   | 118,05 | 6,19 | 72,54 |

Начальник ОДДП \_\_\_\_\_