

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор \_\_\_\_\_



Школьное меню для организации питания обучающихся.

05 сентября 2024 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                              | Масса порции,<br>(гр.) | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) |       |         |   | Минеральные вещества (мг) |   |        |       | Цена  |
|----------------------------------------------------------------|------------------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|---------------|-------|---------|---|---------------------------|---|--------|-------|-------|
|                                                                |                        | Б                    | Ж     | У      |                                | В1            | С     | А (мкг) | Е | Са                        | Р | Mg     | Fe    |       |
| Завтрак младшие                                                |                        |                      |       |        |                                |               |       |         |   |                           |   |        |       |       |
| Салат из белокочанной капусты моркови и кукурузы 60(**); 10,06 | 60                     | 1,43                 | 4,35  | 5,40   | 66,00                          | 0,03          | 27,45 |         |   | 31,89                     |   | 12,84  | 0,42  |       |
| Рыба тушеная в томате с овощами 100Н(**); 80,04                | 90                     | 15,47                | 7,73  | 3,13   | 144,00                         | 0,14          | 1,69  |         |   | 20,13                     |   | 27,73  | 0,65  |       |
| Картофельное пюре 180(**); 146,1                               | 180                    | 3,70                 | 5,90  | 24,00  | 166,00                         | 0,14          | 12,45 |         |   | 42,72                     |   | 34,08  | 1,24  |       |
| Компот из смеси сухофруктов 200; 310                           | 200                    | 0,50                 | 0,10  | 31,20  | 121,00                         | 0,07          | 0,29  |         |   | 14,62                     |   | 8,50   | 0,92  |       |
| Хлеб пшеничный витаминизированный 50; 420                      | 50                     | 7,50                 | 1,00  | 45,00  | 219,00                         | 0,36          |       |         |   |                           |   |        | 3,00  |       |
| Итого                                                          |                        | 28,60                | 19,08 | 108,73 | 716,00                         | 0,74          | 41,88 |         |   | 109,36                    |   | 83,15  | 6,23  | 69,57 |
| Обед младшие                                                   |                        |                      |       |        |                                |               |       |         |   |                           |   |        |       |       |
| Борщ"Краснодарский" 200; 211,01                                | 200                    | 1,60                 | 2,80  | 10,40  | 73,20                          | 0,03          | 6,35  |         |   | 23,15                     |   | 16,78  | 0,76  |       |
| Каша гречневая рассыпчатая 150/5; 183                          | 150                    | 8,67                 | 5,67  | 37,83  | 240,00                         | 0,26          |       |         |   | 14,07                     |   | 132,95 | 4,56  |       |
| Мясо тушеное(уфа)90; 191,01                                    | 90                     | 15,75                | 5,49  | 2,69   | 122,86                         | 0,08          | 14,78 |         |   | 45,65                     |   | 31,46  | 1,82  |       |
| Напиток яблочный 200; 320                                      | 200                    |                      |       | 23,50  | 89,00                          | 0,05          | 12,48 |         |   | 75,35                     |   | 51,38  | 1,01  |       |
| Хлеб рж-пшеничный витаминизированный 60; 421                   | 60                     | 4,32                 | 1,08  | 25,80  | 125,40                         | 0,10          | 5,10  |         |   |                           |   |        | 2,16  |       |
| Итого                                                          |                        | 30,34                | 15,04 | 100,22 | 650,46                         | 0,51          | 38,71 |         |   | 158,22                    |   | 232,56 | 10,30 | 90,22 |

Начальник ОДДП \_\_\_\_\_