

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор

Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 октября 2023 г.

| Прием пищи,<br>наименование блюда                                 | Масса 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                                                   |                         |                         |       |        |                                                       |               |       |            |      |                              |   |        |      |       |
| Тефтели из говядины<br>с рисом ("ежики").<br>60/30(***)(УФА); 202 | 60/30                   | 6,90                    | 10,10 | 8,70   | 156,00                                                |               |       |            |      |                              |   |        |      |       |
| Каша пшеничная<br>рассыпчатая 180<br>(УФА); 222,02                | 180                     | 11,12                   | 6,37  | 44,31  | 278,03                                                | 0,25          |       |            |      | 18,68                        |   | 54,48  | 1,82 |       |
| Чай с сахаром<br>200(УФА); 283                                    | 200                     | 0,10                    |       | 9,00   | 35,00                                                 |               |       |            |      | 0,26                         |   |        | 0,03 |       |
| Хлеб пшеничный<br>витаминизированный<br>30(УФА); 1                | 30                      | 2,43                    | 0,30  | 14,64  | 72,60                                                 | 0,11          |       |            |      |                              |   | 9,00   |      |       |
| Йогурт питьевой Два<br>котенка 100; 298,11                        | 100                     | 3,00                    | 2,50  | 11,00  | 79,00                                                 |               |       |            |      |                              |   |        |      |       |
| Итого                                                             |                         | 23,55                   | 19,27 | 87,65  | 620,63                                                | 0,36          |       |            |      | 18,94                        |   | 63,48  | 1,85 | 64,44 |
| Обед младшие                                                      |                         |                         |       |        |                                                       |               |       |            |      |                              |   |        |      |       |
| Салат из свеклы<br>отварной 100(УФА);<br>23                       | 100                     | 1,43                    | 5,09  | 9,50   | 75,35                                                 | 0,01          | 1,86  |            |      | 34,61                        |   | 18,65  | 1,20 |       |
| Рассольник<br>ленинградский<br>250/10(УФА); 42                    | 250                     | 5,03                    | 11,30 | 32,38  | 149,60                                                | 0,08          | 6,70  |            |      | 15,05                        |   | 22,50  | 0,84 |       |
| Жаркое<br>по-домашнему(УФА);<br>181                               | 180                     | 18,40                   | 14,10 | 18,10  | 273,30                                                | 0,18          | 7,52  | 12,30      | 2,96 | 23,91                        |   | 41,37  | 2,55 |       |
| Компот из яблок с<br>лимоном 200(УФА);<br>284                     | 200                     | 0,20                    | 0,10  | 25,00  | 104,00                                                | 0,06          | 1,29  |            |      | 70,29                        |   | 50,16  | 0,93 |       |
| Хлеб рж-пшеничный<br>витаминизированный<br>50; 421                | 50                      | 7,20                    | 1,00  | 43,00  | 209,00                                                | 0,16          |       |            |      |                              |   |        | 2,10 |       |
| Итого                                                             |                         | 32,26                   | 31,59 | 127,98 | 811,25                                                | 0,49          | 17,37 | 12,30      | 2,96 | 143,86                       |   | 132,68 | 7,62 | 72,54 |

Начальник ОДДП

