

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор

Школьное меню для организации питания обучающихся.

13 ноября 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                                           |                           |                         |       |        |                                                   |               |       |            |      |                              |   |       |      |       |
| Макароны запеченные<br>с сыром (УФА)200;<br>213,04        | 200                       | 9,51                    | 15,78 | 32,66  | 307,03                                            | 0,07          | 0,15  |            |      | 224,76                       |   | 20,15 | 1,01 |       |
| Витаминизированный<br>кисель Витошка 200;<br>305          | 200                       |                         |       | 19,20  | 76,00                                             | 0,27          | 16,08 | 0,10       | 1,88 |                              |   |       |      |       |
| 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                          | 80                        | 4,91                    | 2,51  | 46,17  | 225,14                                            | 0,06          | 0,06  |            |      | 14,43                        |   | 8,18  | 0,89 |       |
| Итого                                                     |                           | 21,93                   | 19,29 | 143,03 | 827,17                                            | 0,76          | 16,28 | 0,10       | 1,88 | 239,20                       |   | 28,33 | 4,90 | 64,44 |
| Обед младшие                                              |                           |                         |       |        |                                                   |               |       |            |      |                              |   |       |      |       |
| Суп борщ с капустой и<br>картофелем<br>250/10(***); 58,07 | 250                       | 1,70                    | 5,00  | 11,60  | 97,00                                             | 0,04          | 7,94  |            |      | 28,94                        |   | 20,97 | 0,95 |       |
| 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 |       |
| 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                                                     |                           | 19,84                   | 20,58 | 104,69 | 678,20                                            | 0,25          | 13,53 |            |      | 59,24                        |   | 70,22 | 6,08 | 72,54 |

Начальник ОДДП