

Примерная раскладка десятидневного меню для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью для детей общеобразовательных учреждений Брянского района в возрасте с 7 до 11 лет на осенне-зимний период на 2024-2025 уч.года (1 смена)

Согласовано: (наименование учебного учреждения)

Директор (ФИО)  (подпись)
 21.08.2024 г.

Утверждаю:
 Директор МУП "КШП Брянского района"
 Прозорова Е.Н.
 "21" 08 2024 г.


№ рецептуры	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества				Минеральные вещества, мг					Витамины, мг				
			белки, г	жиры, г	углеводы, г	Эн. Ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	A	РЭ	B1	B2	PP	C
1 день																
Завтрак (85-00)																
54-16 с-к 2022г	Каша "Дружба"	200	5	5,8	24,1	168,9	116	27	124	0,53	27,2	41,68	0,07	0,12	0,74	0,53
11 с-к 2004г	Бутерброд горячий с колбасой вареной и сыром	60	8,91	12,25	14,98	163	15,7	6,3	74,5	0,33	-	75,5	0,03	1,1	0,08	1,74
54-22гн с-к 2022г	Какао с молоком стученным	200	3,5	3,3	22,3	133,4	107	26	95	0,85	10,8	111,1	0,02	0,13	0,5	0,15
Хлебобулочные изделия	Хлеб пшеничный	30	3,16	0,4	19,32	70,14	9,2	13,2	34,8	0,44	-	-	0,04	-	-	12
ТТК МУП КШП от 25.08.2020г	Фрукты свежие (апельсин) *	150	1,5	0,34	7,35	35,25	12	6,75	8,25	1,65	-	3,75	0,03	0,03	0,23	7,5
Итого:			22,07	22,09	88,05	570,69	259,9	79,25	336,55	3,8	38	232,03	0,19	1,38	1,55	21,92
Обед (65-00)																
52 с-к 2017г	Салат из свеклы отварной	60	0,88	3,75	13,12	58	22,13	12,88	25,38	0,08	-	1,17	0,01	1,67	0,11	4,12
99 с-к 2017г	Суп из овощей и мяса цыпленка со сметаной	250/25/10	5,6	9,55	29,88	149	139,4	83	197,1	3,1	-	813,4	0,29	0,19	3,34	41,5
54-12р с-к 2022г	Рыба, запеченная с сыром и луком	60	9,68	6,68	1,73	105,15	111	28,5	157,5	0,59	20,33		0,04	0,07		1,42
312 с-к 2017г	Картофельное пюре	150	5,75	3,5	25,57	158,16	16,27	32,58	98,58	1,13	-	32	0,17	0,1	1,9	23,3

Примерная раскладка десятидневного меню для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью для детей общеобразовательных учреждений Брянского района в возрасте с 7 до 11 лет на осенне-зимний период на 2024-2025 уч.года (1 смена)

Согласовано: (наименование учебного учреждения)

Директор
(ФИО)_____ (подпись)

" ____ " _____ 20____ г.

Утверждаю:
Директор МУП "КШП Брянского района"

Прозорова Е.Н. _____
" ____ " _____ 20____ г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества				Минеральные вещества, мг				Витамины, мг					
			белки, г	жиры,г	углеводы,г	Эн. Ценност ь, ккал	Ca	Mg	P	Fe	A	РЭ	B1	B2	PP	C
1 день																
	Завтрак (85-00)															
54-16к с-к 2022г	Каша "Дружба"	200	5	5.8	24.1	168.9	116	27	124	0.53	27.2	41.68	0.07	0.12	0.74	0.53
11 с-к 2004г	Бутерброд горячий с колбасой вареной и сыром	60	8.91	12.25	14.98	163	15.7	6.3	74.5	0.33	-	75.5	0.03	1.1	0.08	1.74
54-22гн с-к 2022г	Какао с молоком сгущенным	200	3.5	3.3	22.3	133.4	107	26	95	0.85	10.8	111.1	0.02	0.13	0.5	0.15
Хлебокомбинат	Хлеб пшеничный	30	3.16	0.4	19.32	70.14	9.2	13.2	34.8	0.44	-	-	0.04	-	-	12
ТТК МУП КШП от 25.08.2020г	Фрукты свежие (апельсин) *	150	1.5	0.34	7.35	35.25	12	6.75	8.25	1.65	-	3.75	0.03	0.03	0.23	7.5
	Итого:		22.07	22.09	88.05	570.69	259.9	79.25	336.55	3.8	38	232.03	0.19	1.38	1.55	21.92
	Обед (65-00)															
52 с-к 2017г	Салат из свеклы отварной	60	0.88	3.75	13.12	58	22.13	12.88	25.38	0.08	-	1.17	0.01	1.67	0.11	4.12
99 с-к 2017г	Суп из овощей и мяса цыпленка со сметаной	250/25/10	5.6	9.55	29.88	149	139.4	83	197.1	3.1	-	813.4	0.29	0.19	3.34	41.5
54-12р с-к 2022г	Рыба,запеченная с сыром и луком	60	9.68	6.68	1.73	105.15	111	28.5	157.5	0.59	20.33		0.04	0.07		1.42
312 с-к 2017г	Картофельное пюре	150	5.75	3.5	25.57	158.16	16.27	32.58	98.58	1.13	-	32	0.17	0.1	1.9	23.3
54-2гн с-к 2022г	Чай с сахаром	200	0.2	0	6.5	26.8	4.5	3.8	7.2	0.73	0.3	-	-	0.01		0.04

Хлебокомбинат	Хлеб пшеничный	20	2.11	3	12.88	4.6	4.6	6.6	17.4	0.22	-	-	0.02	-	-	6
Хлебокомбинат	Хлеб ржано-пшеничный	40	2.11	0.44	19.78	91.96	9.2	10	-	1.24	-	42.4	0.04	-	-	-
	Итого:		26.33	26.92	109.46	593.67	307.1	177.36	503.16	7.09	20.63	888.97	0.57	2.04	5.35	76.38
2 день																
	Завтрак															
70/71 с-к 2017г	Овощи свежие в нарезке(огурец)**	60	0.66	2.1	2.28	13.2	8.4	12	15.6	0.54	-	79.8	0.04	0.02	0.3	10.5
260 с-к 2017г	Гуляш из свинины	100	9.6	11.09	22.89	309	20	22.39	128.62	2.21	-	16	2.6	0.28	1.9	0.92
302 с-к 2017г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8.60	5.54	39.60	243.75	288.33	16.47	150.83	22.60	5.30	25.16	0.80	0.23	0.10	5.5
54-3гн с-к 2022г	Чай с лимоном и сахаром	200	0.3	0	6.7	27.9	6.9	4.6	8.5	0.77	0.38	-	,	0.01	0.03	1.16
Мол.комбинат	Йогурт	100	2.7	3	5.8	79	90	18	114	0.12			0.04	0.18		0.72
Хлебокомбинат	Хлеб ржано-пшеничный	20	1.05	0.22	9.89	45.98	4.6	5	-	0.62	-	21.2	0.02	-	-	-
Хлебокомбинат	Хлеб пшеничный	20	2.11	3	12.88	4.6	4.6	6.6	17.4	0.22	-	-	0.02	-	-	6
	Итого		25.02	24.95	100.04	723.43	422.83	85.06	434.95	27.08	5.68	142.16	3.52	0.72	2.33	24.8
	Обед															
102 с-к 2017г	Суп гороховый с мясом цыпленка	250/25	4.14	4.2	41.4	154.35	8.25	27.25	15.4	36.75	0.73	1.218	10.5	0.05	0.02	0.95
288 с-к 2017г	Цыпленок бройлер отварной	60	10.08	11.26	2.13	127.07	28.3	2.7	56.56	1.13	68.4	79.5	0.045	0.12	3.75	3.53
360 с-к 2017г	Капуста тушеная	150	3.87	5.24	16.73	125.16	100.1	34.33	66.83	1.35	-	92.33	0.045	0.05	1.12	28.6
ТТК МУП КШП от 14.08.2024г	Напиток "Каркаде"	200	0.13	0.02	7.99	31.92	14.2	2.4	4.4	0.36	-	-	-	-	0.03	0.02
Хлебокомбинат	Хлеб пшеничный	20	2.11	3	12.88	46.76	4.6	6.6	17.4	0.22	-	-	0.02	-	-	6
Хлебокомбинат	Хлеб ржано-пшеничный	40	2.11	0.44	19.78	91.96	9.2	10	-	1.24	-	42.4	0.04	-	-	-
	Итого:		22.44	24.16	100.91	577.22	164.65	83.28	160.59	41.05	69.13	215.45	10.65	0.22	4.92	39.1
3 день																
	Завтрак															
54-21з с-к 2022	Кукуруза сахарная **	60	1.2	0.2	6.1	31.3	22	6.8	21	0.19	0.72	79.8	0.01	0.02	0.3	1.15
262 с-к 2017г	Сердце в соусе	100	10.02	13.58	2.85	152	27.53	23.52	181.35	3.96	25.6	76.1	0.27	0.57	3.98	1.39
312 с-к 2017г	Картофельное пюре	150	5.75	3.5	25.57	158.16	16.27	32.58	98.58	1.13	-	32	0.17	0.1	1.9	23.33
389 с-к 2017г	Сок фруктовый	200	1	-	20.2	86.6	14	8	14	2.8	-	-	0.02	-	-	4
МУП КШП 31.08.2022	Булочка "завятушка с сахаром"***	50	3.48	5.16	25.55	131	11	14.5	37	0.69	13	15	0.07	0.04	0.79	-

Хлебокомбинат	Хлеб ржано-пшеничный	20	1.05	0.22	9.89	45.98	4.60	5.00	-	0.62	-	21.20	0.02	-	-	-
	Итого:		22.5	22.66	90.16	605.04	95.4	90.4	351.93	9.39	39.32	224.1	0.56	0.73	6.97	29.87
	Обед															
45 с-к 2017г	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0.79	3.83	3.88	36	14.99	10	17.88	17.68	0.29	382.6	5.24	0.01	0.02	44.8
54-16с с-к 2022г	Суп сливочный с рыбой горбуша)	250	7.73	11.8	12	146.05	38.25	28.75	122.75	0.86	102.5		0.13	0.12		6.13
268 с-к 2017г	Шницель из свинины	60	6.99	7.61	7.06	176.80	5.1	13.8	79.9	1.33	18.26	22.3	0.17	0.17	0.04	1.1
54-1г с-к 2022г	Макароны отварные	150	5.4	4.9	32.8	196.8	12	7.2	41	0.73	18.4	0.74	0.06	0.03	1.5	-
387 с-к 2017г	Напиток из варенья	200	0.12	0.02	26.56	106.8	12.96	4.6	3.2	0.14	-	1.6	0.002	0.002	0.02	8
Хлебокомбинат	Хлеб пшеничный	20	2.11	3	12.88	46.76	4.6	6.6	17.4	0.22	-	-	0.02	-	-	6
Хлебокомбинат	Хлеб ржано-пшеничный	40	2.11	0.44	19.78	91.96	9.2	10	-	1.24	-	42.4	0.04	-	-	-
	Итого		25.25	31.6	114.96	801.17	97.1	80.95	282.13	22.2	139.45	449.64	5.662	0.332	1.58	66.03
4 день																
	Завтрак															
222 с-к 2017 г	Пудинг из творога	150	18.49	19.53	56.2	402	234	39.6	338.4	1.62	108		0.11	0.1		0.36
54-7 соус с-к 2022 г	Соус шоколадный ****	30	1.62	1.47	12.6	69.8	40.39	15.17	43.09	0.61	3.9	0.02	0.01	0.01	-	0.05
54-23 гн	Кофейный напиток с молоком	200	3.8	2.9	11.3	86	111	31	107	1.07	13.3	26.66	0.03	0.13	0.166	0.52
ТТК МУП КШП от 25.08.2020г	Фрукты свежие (яблоко)*	150	0.6	0.6	18.2	70	12	6.75	8.25	1.65	-	3.75	0.03	0.03	0.23	7.5
	Итого		24.51	24.5	98.3	627.8	397.39	92.52	496.74	4.95	125.2	30.43	0.18	0.27	0.396	8.43
	Обед															
54-18з с-к 2022г	Салат из свеклы с черносливом	60	0.9	3.2	7.8	63.8	21	16	24	0.8	1.03	124.9	0.01	0.03	0.29	2.08
96 с-к 2017г	Рассольник по "Ленинградски" с мясом цыпленка и сметаной	250/25/10	13.07	10.42	7.22	143	24	56.5	1	-	1219.5	2.1	0.1	0.52	0.98	11.6
278 с-к 2017г	Тефтели мясные с соусом томатным	80	7.46	8.2	9.44	142	23.65	16.5	83.14	0.68	33	38.5	0.05	0.07	1.62	0.41
304 с-к 2017г	Рис отварной	150	3.64	4.11	36.68	233	1.52	18.15	67.67	0.59	-	22.5	0.3	0.03	0.23	2.03
54-33 хн с-к 2022г	Напиток апельсиновый	200	0.2	0	8	33	6.7	2.5	4.4	0.08	1.06	-	0.01	0.01	0.03	5.28
Хлебокомбинат	Хлеб пшеничный	20	2.11	3	12.88	46.76	4.6	6.6	17.4	0.22	-	-	0.02	-	-	6

Хлебокомбинат	Хлеб ржано-пшеничный	40	2.11	0.44	19.78	91.96	9.2	10	-	1.24	-	42.4	0.04	-	-	-
	Итого:		29.49	29.37	101.8	753.52	90.67	126.25	197.61	3.61	1254.6	230.4	0.53	0.66	3.15	27.4
5 день																
	Завтрак															
29 с-к 2017	Салат из сырых овощей	1.3	0.67	3.8	11.94	22	9.3	27	0.48	30.5	-	0	0.02	0.03	0.3	17.3
54-15м с-к 2022г	Плов из булгура с курицей	240	15.6	15.92	46.74	374.8	39.6	165.6	312	2.66	219.6	289.63	0.16	0.11	6.25	1.31
54-4 гн с-к 2022г	Чай с молоком и сахаром	200	1.6	1.1	9.7	50.9	57	9.9	46	0.77	6.9	11.1	0.01	0.07	0.12	0.3
Хлебокомбинат	Хлеб ржано-пшеничный	20	1.05	0.22	9.89	45.98	4.6	5	-	0.62	-	21.2	0.02	-	-	-
Хлебокомбинат	Хлеб пшеничный	30	3.16	0.4	19.32	70.14	9.2	13.2	34.8	0.44	-	-	0.04	-	-	12
15 с-к 2017г	Сыр твердый	15	3.48	4.42	-	54	132	5.25	75	0.15	39	43.2	0.01	0.04	0.03	0.1
	Обед															
	Борщ с картофелем, мясом цыпленка, сметаной и яйцом	250/25/10/10	8.72	13.79	14.9	125.5	26.5	36.4	51.4	0.92	-	203	0.08	0.05	0.99	11
83 с-к 2017г	Голубцы ленивые	60	8.4	7.6	6.4	128.4	32	19	92	1.35	9.41	29.3	0.07	0.07	0.065	11
54-3м с-к 2022	Картофель и овощи тушеные в соусе	150	3.3	2.9	26.66	215.8	27.13	26.22	74.22	1	21	129.08	0.13	0.09	1.27	16.64
142 с-к 2017г	Компот из кураги	200	1	0.1	15.7	66.9	28	18	25	0.58	70	40.8	0.01	0.03	0.26	0.32
54-1хн с-к 2022 г	Хлеб пшеничный	20	2.11	0.3	12.88	46.76	4.6	6.6	17.4	0.22	-	-	0.02	-	-	6
Хлебокомбинат	Хлеб ржано-пшеничный	40	2.11	0.44	19.78	91.96	9.2	10	-	1.24	-	42.4	0.04	-	-	-
Хлебокомбинат	Итого		25.64	25.13	96.32	675.32	127.43	116.22	260.02	5.31	100.41	444.58	0.35	0.24	2.585	44.96
6 день																
	Завтрак															
413 с-к 2017г	Пицца школьная	80	6.92	11.05	27.56	239	78.63	20.74	102.42	1.06	27.44	40.61	0.1	0.1	1.21	0.15
54-25.1к с-к 2022г	Каша жидкая молочная овсяная	200	6.8	7.5	24.7	192.6	146	46	188	1.2	29.1	61.28	0.14	0.17	0.74	0.61
54-21 гн с-к 2022г	Какао с молоком	200	4.6	3.6	12.6	100.4	143	34	130	1.09	17.3	111.1	0.04	0.17	0.5	0.68
Хлебокомбинат	Хлеб пшеничный	30	3.16	0.4	19.32	70.14	9.2	13.2	34.8	0.44	-	-	0.04	-	-	12
ТТК МУП КШП от 25.08.2020г	Фрукты свежие (Мандарин)*	120	1.5	0.34	7.35	35.25	12	6.75	8.25	1.65	-	3.75	0.03	0.03	0.23	7.5
338,341 с-к 2017г	Итого		22.98	22.89	91.53	637.39	388.83	120.69	463.47	5.44	73.84	216.74	0.35	0.47	2.68	20.94
	Обед															
	Винегрет овощной	60	0.88	6.25	4.5	78	19.5	12.19	27	0.52	-	124.9	0.02	0.02	0.29	6

67 с-к 2017 г	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/25	11.82	12.65	13.6	165	34.4	27.3	1.7	134.2	6.06	211.3	0.14	0.13	2.6	11.08
104/105 с-к 2017г	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	10.76	8.75	3.8	116	36.95	37.28	32.87	0.77	5.74	387	0.1	0.11	2.8	6.45
229 с-к 2017г	Макароны отварные	150	5.4	4.9	32.8	196.8	12	7.2	41	0.73	18.4	0.74	0.06	0.03	1.5	-
54-1г с-к 2022г	Кисель из повидла, джема, варенья	200	0.1	-	29.83	117.4	13.28	2.92	0.8	0.3	-	-	0.01	0.02	0.12	0.6
360 с-к 2017г	Хлеб пшеничный	20	2.11	0.3	12.88	46.76	4.6	6.6	17.4	0.22	-	-	0.02	-	-	6
Хлебокомбинат	Хлеб ржано-пшеничный	40	2.11	0.44	19.78	91.96	9.2	10	-	1.24	-	42.4	0.04	-	-	-
Хлебокомбинат	Итого		33.18	33.29	117.19	811.92	129.93	103.49	120.77	137.98	30.2	766.34	0.39	0.31	7.31	30.13
7 день																
	Завтрак															
70/71 с-к 2017г	Овощи свежие в нарезке (помидор)**	60	0.66	2.1	2.28	13.2	8.4	12	15.6	0.54	-	79.8	0.04	0.02	0.3	10.5
259 с-к 2017г	Жаркое по домашнему	250	16.6	18.3	41.7	422	61.26	257.71	4.32	-	105.25	4.42	0.21	4.43	8.87	3.95
54-23 гн	Кофейный напиток с молоком	200	3.8	2.9	11.3	86	111	31	107	1.07	13.3	26.66	0.03	0.13	0.166	0.52
Хлебокомбинат	Хлеб ржано-пшеничный	20	1.05	0.22	9.89	45.98	4.6	5	-	0.62	-	21.2	0.02	-	-	-
410 с-к 2017г	Ватрушка с творогом	50	3.16	1.7	35.8	134	23.4	26.1	64.2	1.62	27	69	0.12	0.06	1.23	0.12
МУП КШП 31.08.2022	Итого		25.27	25.22	100.97	701.18	208.66	331.81	191.12	3.85	145.55	201.08	0.42	4.64	10.57	15.09
	Обед															
	Салат из моркови и яблок	60	0.6	6.1	4.3	14	16	22	0.67	733	-	0.03	0.03	0.02	0.3	3.63
54-11 з к 2022г	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом цыпленка и сметаной	250/25/10	6.47	9.2	7.9	125.5	26.5	36.4	51.4	0.92	-	203	0.08	0.05	0.99	11
88 с-к 2017г	Котлета рубленая из бр	60	13.6	10.22	1.38	180.4	48.3	16.64	67.46	1.2	-	17.4	0.02	0.03	0.17	10.5
295/331 с-к 2017г	Рис отварной	150	3.64	4.11	36.68	233	1.52	18.15	67.67	0.59	-	22.5	0.3	0.03	0.23	2.03
304 с-к 2017г	Компот из чернослива	200	0.5	0.2	19.5	81.3	18	22	18	0.67	1.5	0.72	0	0.02	0.01	0.3
54-3хн с-к 2022г	Хлеб пшеничный	20	2.11	0.3	12.88	46.76	4.6	6.6	17.4	0.22	-	-	0.02	-	-	6
Хлебокомбинат	Хлеб ржано-пшеничный	40	2.11	0.44	19.78	91.96	9.2	10	-	1.24	-	42.4	0.04	-	-	-

Хлебокомбинат	Итого		29.03	30.57	102.42	772.92	124.12	131.79	222.6	737.84	1.5	286.05	0.49	0.15	1.7	33.46
8 день																
	Завтрак															
54-20з с-к 2022г	Горошек зеленый**	60	1.7	0.1	3.5	22.1	11	11	32	0.37	18	46.08	0.05	0.02	0.38	2.4
54-4о с-к 2022г	Омлет с сыром	150	12.75	19.35	18.02	316	35.9	26	333	2.23	222	251	0.07	0.46	23.17	0.37
Хлебокомбинат	Хлеб пшеничный	30	3.16	0.4	19.32	70.14	9.2	13.2	34.8	0.44	0	-	0.04	-	-	12
54-3гн с-к 2022г	Чай с лимоном и сахаром	200	0.3	0	6.7	27.9	6.9	4.6	8.5	0.77	0.38	-	,	0.01	0.03	1.16
ТТК МУП КШП от 25.08.2020г	Фрукты свежие (Банан)*	150	2.25	0.15	32.7	133.5	46.67	17.33	30.67	0.4	0	10.67	0.05	0.04	0.27	80
338,341 с-к 2017г	Итого		20.16	20	80.24	569.64	109.67	72.13	438.97	4.21	240.38	307.75	0.21	0.53	23.85	95.93
	Обед															
	Салат из белокачанной капусты с морковью	60	0.79	3.83	3.88	36	14.99	10	17.88	17.68	0.29	382.6	5.24	0.01	0.02	44.8
45 с-к 2017г	Суп с макаронными изделиями, картофелем и цыпленком	250/25	6.7	11.62	11.69	135	29.5	23.8	57.73	1	-	206.5	0.09	0.05	0.96	6.08
112 с-к 2017г	Мясо свинина тушеное	100	10.08	10.17	7.37	235	24.36	22.92	150.95	2.3	-	20	0.04	0.1	3.4	1.38
256 с-к 2017г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8.6	5.54	39.6	243.75	288.33	16.47	150.83	22.6	5.3	25.16	0.8	0.23	0.1	5.5
302 с-к 2017г	Напиток из варенья	200	0.12	0.02	26.56	106.8	12.96	4.6	3.2	0.14	-	1.6	0.002	0.002	0.02	8
387 с-к 2017г	Хлеб пшеничный	20	2.11	0.3	12.88	46.76	4.6	6.6	17.4	0.22	-	-	0.02	-	-	6
Хлебокомбинат	Хлеб ржано-пшеничный	40	2.11	0.44	19.78	91.96	9.2	10	-	1.24	-	42.4	0.04	-	-	-
Хлебокомбинат	Итого		30.51	31.92	121.76	895.27	383.94	94.39	397.99	45.18	5.59	678.26	6.232	0.392	4.5	71.76
9 день																
	Завтрак															
70/71 с-к 2017г	Овощи свежие в нарезке(огурец)**	60	0.66	2.1	2.28	13.2	8.4	12	15.6	0.54	-	79.8	0.04	0.02	0.3	10.5
54-5.1р с-к 2022г	Котлета рыбная с морковью (минтай)	100	12.4	4.2	5	107.4	45	39	178	0.89	143	27.79	0.07	0.12	1.39	0.54
304 с-к 2017г	Рис отварной	150	3.64	4.11	36.68	233	1.52	18.15	67.67	0.59	-	22.5	0.3	0.03	0.23	2.03
Хлебокомбинат	Хлеб ржано-пшеничный	20	1.05	0.22	9.89	45.98	4.6	5	-	0.62	-	21.2	0.02	-	-	-

389 с-к 2017г	Сок фруктовый	200	-	-	24	100	14	8	14	2.8	-	-	0.02	-	-	4
Хлебокомбинат	Булочка сдобная "рожок"***	50	4.1	11.32	9.94	116.9	11.5	13.2	-	0.44	-	34.8	0.04	-	-	-
	Итого		21.85	21.95	87.79	616.48	85.02	95.35	275.27	5.88	143	186.09	0.49	0.17	1.92	17.07
	Обед															
	Салат из свеклы отварной	60	0.88	3.75	13.12	58	22.13	12.88	25.38	0.08	-	1.17	0.01	1.67	0.11	4.12
52 с-к 2017г	Суп картофельный с фасолью и мясом цыпленка	250/25	3.9	16.27	36.54	148.25	42.68	35.58	88.1	2.05	-	251.9	0.23	0.07	1.15	5.83
ТТК МУП КШП от 29.01.2021г	Оладьи из печени по-кунцевски	60	14	9.2	12.6	187.4	19	16	214	4.35	3363		0.17	1.18	8.08	8.63
54-31м с-к 2022г	Картофельное пюре	150	5.75	3.5	25.57	158.16	16.27	32.58	98.58	1.13	-	32	0.17	0.1	1.9	23.33
312 с-к 2017г	Напиток апельсиновый	200	0.2	0	8	33	6.7	2.5	4.4	0.08	1.06	-	0.01	0.01	0.03	5.28
54-33 хн с-к 2022г	Хлеб пшеничный	20	2.11	0.3	12.88	46.76	4.6	6.6	17.4	0.22	-	-	0.02	-	-	6
Хлебокомбинат	Хлеб ржано-пшеничный	40	2.11	0.44	19.78	91.96	9.2	10	-	1.24	-	42.4	0.04	-	-	-
Хлебокомбинат	Итого		28.95	33.46	128.49	723.53	120.58	116.14	447.86	9.15	3364.1	327.47	0.65	3.03	11.27	53.19
10 день																
	Завтрак															
101 с-к 2017г	Икра кабачковая **	60	0.83	1.62	9.36	56.16	8.36	11.95	15.54	0.54	-	79.5	0.04	0.02	0.3	14.58
243 с-к 2017г	Сосиска отварная	100	12.3	16.1	13	300	22.4	12.8	112.96	1.44	32	36	0.32	0.08	1.76	-
203 с-к 2017г	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	5.73	6.07	31.98	205	9.78	7.9	39.45	0.81	30	0.74	0.03	0.55	1.5	-
Хлебокомбинат	Хлеб ржано-пшеничный	20	1.05	0.22	9.89	45.98	4.6	5	-	0.62	-	21.2	0.02	-	-	-
Хлебокомбинат	Хлеб пшеничный	30	3.16	0.4	19.32	70.14	9.2	13.2	34.8	0.44	-	-	0.04	-	-	12
ТТК МУП КШП от 14.08.2024г	Напиток "Каркаде"	200	0.13	0.02	7.99	31.92	14.2	2.4	4.4	0.36	-	-	-	-	0.03	0.02
ТТК МУП КШП от 25.08.2020г	Фрукты свежие (Яблоко)*	150	1.5	0.34	7.35	35.25	12	6.75	8.25	1.65	-	3.75	0.03	0.03	0.23	7.5
	Обед															
	Салат "Витаминный"	60	0.79	3.83	3.88	36	14.99	10	17.88	17.68	0.29	382.6	5.24	0.014	0.02	4.48
ТТК МУП КШП от 24.08.2018	Суп гороховый с мясом цыпленка	250/25	6.94	5.52	17.1	154.35	8.25	27.25	15.4	36.75	0.73	1.218	10.5	0.05	0.02	0.95

102 с-к 2017г	Плов с мясом	240	21.62	22.03	57.4	460.8	-	-	-	27.65	445.64	-	388.8	88.27	41.88	1.71
265 с-к 2017г	Кисель из повидла, джема, варенья	200	0.104	-	29.83	117.4	13.28	2.92	0.8	0.3	-	-	0.01	0.02	0.12	0.6
360 с-к 2017г	Хлеб пшеничный	20	2.11	0.3	12.88	46.76	4.6	6.6	17.4	0.22	-	-	0.02	-	-	6
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2.11	0.44	19.78	91.96	9.2	10	-	1.24	-	42.4	0.04	-	-	-
	Итого		33.674	32.12	140.87	907.27	50.32	56.77	51.48	83.84	446.66	426.22	404.6	88.35	9	13.74

**ФРУКТ - допускается выдача иных фруктов*

***ОВОЩИ В НАРЕЗКЕ, ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ, КУКУРУЗА САХАРНАЯ, ИКРА КАБАЧКОВАЯ- допускается выдача других овощей*

****БУЛОЧКА "ЗАВИТУШКА САХАРНАЯ", "РОЖОК"- допускается замена на булочку" СЕМИЦВЕТИК" или"СНЕГУРОЧКА" (производитель хлебокомбинат)*

*****СОУС ШОКОЛАДНЫЙ- допускается замена на соус сладкий молочный, джем фруктовый или молоко сгущеное*

СРЕДНЕЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ ПИЩЕВЫХ НУТРИЕНТОВ

	Пищевые вещества				Минеральные вещества				Витамины					
Дни по меню	белки, г	жиры,г	углеводы, г	Эн. Ценност ь, ккал	Са мг	Mg мг	Р мг	Fe мг	А	РЭ	В1	В2	РР	С
1	26.33	26.92	109.46	593.67	307.1	177.36	503.16	7.09	20.63	888.97	0.57	2.04	5.35	76.38
2	22.44	24.16	100.91	577.22	164.65	83.28	160.59	41.05	69.13	215.448	10.65	0.22	4.92	39.1
3	25.25	31.6	114.96	801.17	97.1	80.95	282.13	22.2	139.45	449.64	5.662	0.332	1.58	66.03
4	29.49	29.37	101.8	753.52	90.67	126.25	197.61	3.61	1254.59	230.4	0.53	0.66	3.15	27.4
5	25.64	25.13	96.32	675.32	127.43	116.22	260.02	5.31	100.41	444.58	0.35	0.24	2.585	44.96
6	33.18	33.29	117.19	811.92	129.93	103.49	120.77	137.98	30.2	766.34	0.39	0.31	7.31	30.13
7	29.03	30.57	102.42	772.92	124.12	131.79	222.6	737.84	1.5	286.05	0.49	0.15	1.7	33.46
8	30.51	31.92	121.76	895.27	383.94	94.39	397.99	45.18	5.59	678.26	6.232	0.392	4.5	71.76
9	28.95	33.46	128.49	723.53	120.58	116.14	447.86	9.15	3364.06	327.47	0.65	3.03	11.27	53.19
10	33.674	32.12	140.87	907.27	50.32	56.77	51.48	83.84	446.66	426.218	404.61	88.354	9	13.74
среднее	28.45	29.85	113.42	751.18	159.58	108.66	264.42	109.3	543.22	471.34	43.1	9.57	5.14	45.6

Примечание:

1) Меню разработано в соответствии с СанПин 2.3/2.4.3590-20

2) Используемая литература «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах» 2004г. под редакцией Лапшиной В.Т.

3) «Сборник рецептур для обучающихся во всех образовательных учреждениях» 2017г. под редакцией Могильного М.П.

4) Используемая литература "Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся. 1-4-х классов в общеобразовательных организациях" : Пособие.- М.: Федеральный центр гигиены и