

УТВЕРЖДАЮ:

Генеральный директор ООО «Северная Пальмира СК»

М. Б. Кулев

2024 год

СОГЛАСОВАНО:

Врио директора МКОУ СОШ № 9 с. Воздвиженское

И. А. Галыцкая

2024 год

ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ – РАСКЛАДКА

Для организации горячего питания (завтрак) обучающихся 1-4 классов

МКОУ СОШ № 9 с. Воздвиженское Апанасенковского муниципального округа

«2024/2025 учебный год»

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества(мг)						Витамины(мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		К	Са	Mg	P	Fe	А	В1	В2	PP	С
Первая неделя																
	1 ДЕНЬ (понедельник)															
	ЗАВТРАК															
173/2017	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес"	200	7,02	11,92	38,91	289,23	135,37		69,81	228,81	3,23	0,06	0,22	0,18	0,49	1,18
3/2017	Бульброд с сыром	50	5,8	8,875	15,005	165,65	58,75	164,9	11,1	28,7	0,52	0,1	0,048	0,0255	0,477	0
377/2017	Чай с лимоном	200	0,1	0	15,17	60,05	24,25	5,6	3	5,6	0,4	0	0	0	0	2,8
г/п	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,9	14,94	78,6	38,1	7,8	10,5	24,9	0,48	0	0,048	0,024	0,462	0
г/п	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,2	18,8	6,8	8,2	24	0,46	0	0	0	0	0
	Итого за завтрак	500	14,2	21,0	75,9	551,1	1103,90	309,6	92,1	287,1	10,7	0,2	0,3	0,2	1,0	4,0
	2 ДЕНЬ (вторник)															
	ЗАВТРАК															
223/2017	Запеканка из творога со стуженым молоком	200	28,23	20,58	54,42	516,93	397,17	408,91	55,49	447,01	0,97	0,03	0,00	0,00	0,09	0,00
382/2017	Какао с молоком	200	3,77	3,80	25,07	145,36	206,96	125,52	31,00	116,20	0,98	0,14	0,04	0,16	0,17	1,30
г/п	Фрукты по сезону	1 шт./200	0,8	0,8	19,6	94	556	32	18	22	4,4	0	0	0	0	20
	Итого за завтрак	600	32,80	25,18	99,09	756,29	1160,13	566,43	104,49	585,21	6,35	0,17	0,04	0,16	0,26	21,30
	3 ДЕНЬ (среда)															
	ЗАВТРАК															
288/2017	Птица отварная	90	18,99	12,24	0,00	185,63	160,20	35,10	18,00	128,70	1,62	18,00	0,03	0,12	4,32	0,00
200/2017	Молоко в виде порции отварные	180	5,3464	4,4035	35,616	206,003	64,459	10,346	8,319	45,377	0,623	0,0765	0	0	0	0
г/п	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,9	14,94	78,6	38,1	7,8	10,5	24,9	0,48	0	0,048	0,024	0,462	0
376/2017	Чай с сахаром	200	0,1	0	14,97	57,65	12,85	2,8	2,2	4,12	0,4	0	0	0	0	0
	Итого за завтрак	500	26,65	17,54	94,48	471,13	262,76	53,25	36,82	198,98	2,72	18,03	0,08	0,14	4,78	0,00
	4 ДЕНЬ (четверг)															
	ЗАВТРАК															
268/2017	Биточек из говядины с маслом сливочным	90/9	14,99	23,42	16,08	332,96	257,18	16,60	22,12	146,48	2,16	0,05	0,03	0,15	3,41	0,99
171/2017	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,74	6,12	42,92	266,18	116,45	49,47	67,78	206,63	5,53	0,03	0,37	0,14	2,89	0,00
349/2017	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0	31,76	126,4	0,6	0,6	0	0	0,03	0	0	0	0	0,24
г/п	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,9	14,94	78,6	38,1	7,8	10,5	24,9	0,48	0	0,048	0,024	0,462	0
70/71/2017	Овощи по сезону	60	0,48	0,06	1,5	8,4	84,6	13,8	8,4	25,2	0,36	0	0,018	0,024	0,12	6
	Итого за завтрак	539	26,96	30,50	107,20	812,54	496,93	88,27	108,80	403,21	8,56	0,08	0,47	0,34	6,88	7,23

Сшито, пронумеровано и скреплено печатью 4 лист~~ов~~
Генеральный директор ООО «Северная Пальмира СК»
М. Б. Кулев



«
»