

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
Директор _____



Школьное меню для организации питания обучающихся.

03 декабря 2024 г.

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции, (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 старшие | | | | | | | | | | | | | | |
| Гуляш из отварного мяса 100Н(***); 91,09 | 100 | 15,67 | 15,78 | 3,56 | 221,11 | 0,09 | 1,13 | | | 13,89 | | 21,94 | 2,18 | |
| Каша гречневая рассыпчатая 180/7; 183 | 180 | 10,40 | 6,80 | 45,40 | 288,00 | 0,31 | | | | 16,88 | | 159,54 | 5,47 | |
| Напиток яблочный 200; 320 | 200 | | | 23,50 | 89,00 | 0,05 | 12,48 | | | 75,35 | | 51,38 | 1,01 | |
| Хлеб пшеничный витаминизированный 70; 420,03 | 70 | 5,25 | 1,26 | 31,50 | 153,30 | 0,25 | | | | | | | 2,10 | |
| Итого | | 31,32 | 23,84 | 103,96 | 751,41 | 0,69 | 13,61 | | | 106,12 | | 232,86 | 10,76 | 76,36 |
| Обед старшие | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из свеклы с солеными огурцами 100(***); 28,07 | 100 | 1,10 | 8,90 | 5,10 | 104,00 | 0,01 | 0,99 | | | 25,74 | | 15,18 | 0,92 | |
| Суп рассольник ленинградский 250/5(***); 56,09 | 255 | 2,09 | 5,18 | 15,33 | 118,42 | 0,08 | 6,67 | | | 14,98 | | 22,39 | 0,83 | |
| Картофель по-деревенски180(УФ А); 625 | 180 | 5,23 | 6,30 | 42,63 | 247,00 | 0,13 | 10,42 | | | 65,29 | | 31,65 | 1,05 | |
| Чиполлетти из говядины100; 555,01 | 100 | 16,22 | 10,67 | 12,22 | 210,00 | | | | | | | | | |
| Чай с сахаром 200; 300 | 200 | 0,10 | | 9,00 | 35,00 | | | | | 0,26 | | | 0,03 | |
| Хлеб рж-пшеничный витаминизированный 50; 421 | 50 | 7,20 | 1,00 | 43,00 | 209,00 | 0,16 | | | | | | | 2,10 | |
| Итого | | 31,95 | 32,04 | 127,28 | 923,42 | 0,38 | 18,08 | | | 106,27 | | 69,22 | 4,93 | 88,10 |

Начальник ОДДП _____