

сметно

Согласовано
Руководитель учреждения

**ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ
С 1-4 КЛАССЫ**

ВЕСЕННИЙ СЕЗОН

№ рецептур	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	Витамины				Fe, мг			
						Вит. В1, мг	Вит. С, мг	Вит. А, мг	Вит. Е, мг		Ca, мг	P, мг	Mg, мг
1-ая неделя													
1 день													
№ 62 Сбор.репц На прод-ию для обуч. Во всех образ.уч реж-Дели 2015.	50	1,08	1,64	4,7	37,78	0,2	8,24	0,01	0,1	25,65	0,01	9,8	0,38
№ 266 Сбор.репц На прод-ию для обуч. Во всех образ.уч реж-Дели 2015.	80	8,320	7,150		200	0,040			1,343	11,010	127,020	6,000	1,100

№45 Сбор.реп. . На прод-ию для обуч. Во всех образ.уч реж- Дели 2015	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	60	0,65 4	3,65	6,72	52,30	0,012	0	0	0	3,86	0	0	0,8 88
№ 289 Сбор.реп. . На прод-ию для обуч. Во всех образ.уч реж- Дели 2015	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	50/150	12,3 00	17,66 0	29,850	313	0,201	8,076	0,180	2,100	57,66 0	201,9 11	26,3 94	0,1 11
№ 382 Сбор.реп. . На прод-ию для обуч. Во всех образ.уч реж- Дели 2015	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,78 0	0,670	26,000	125	0,020	1,330		0,012	133,3 30	111,1 10	25,5 60	2,0 00
	ХЛЕБ ПШЕНИНИЧН БІЙ	30	2,28 0	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,50 0	4,20 0	0,3 30

	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,00 0	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,72 0	3,00 0	0,3 72
	Итого:		20,1 40	20,71 0	83,480	589	0,281	15,656	0,2	2,610	216,7 3	392,2 21	65,2 04	3,0 83
	3 день													
№ 52 Сбор.реп . На прод-ию для обуч. Во всех образ.уч реж- Дели 2015	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,85 5	3,653	11,580	56	0,011	7,700		0,641	121,0 90	84,58 2	12,5 40	0,1 98
№ 256 Сбор.реп . На прод-ию для обуч. Во всех образ.уч реж- Дели 2015	МЯСО ТУШЕНОЕ	50/50	10,5 00	11,03 0	3,184	196	0,140	3,890		0,363	66,80 6	215,1 74	30,1 64	1,4 30
№ 203 Сбор.реп . На прод-ию для обуч.	МАКАРОННЫ Е ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	5,10 0	4,468	28,500	187	0,087	-	0,100	0,816	16,45 7	57,00 9	8,47 9	0,8 69

Во всех образ.уч реж-Дели 2015																				
№ 377 Сбор.реп. . На прод-ию для обуч. Во всех образ.уч реж- Дели 2015		200/15 /7	0,08 4	0,012	15,185	62	0,003	2,800		0,014	3,250	1,540	0,84 0	0,0 87						
	ХЛЕБ ПШЕНИНИЧ БЫЙ	30	2,28 0	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,50 0	4,20 0	0,3 30						
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО- ПШЕНИНИЧНЫЙ)	20	1,00 0	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,72 0	3,00 0	0,3 72						
	Итого:		19,8 19	19,60 3	82,209	616	0,288	14,39		2,27	216,3 63	390,5 3	59,2 23	3,2 86						
	4 день																			
№ 62 Сбор.реп. . На прод-ию для обуч. Во всех образ.уч	КАПУСТА ТУШЕННАЯ	50	1,08	1,64	4,7	37,78	0,2	8,24		0,1	25,65	0,01	9,8	0,3 8						

реж-Дели 2015																				
№ 392 Сбор.реп . На прод-ию для обуч. Во всех образ.уч реж- Дели 2015	180/5	10,3 40	12,17 5	20,340	237	0,159	0,491	0,180	1,283	79,45 3	239,0 18	10,5 79	0,0 10							
№ 379 Сбор.реп . На прод-ию для обуч. Во всех образ.уч реж- Дели 2015	200	3,60 0	2,670	29,200	155	0,030	1,470			158,6 70	132,0 00	29,3 30	2,4 00							
	30	2,28 0	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,50 0	4,20 0	0,3 30							
	20	1,00 0	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,72 0	3,00 0	0,3 72							

	Итого:	20,2 20	20,74 3	85,594	610	0,279	15,141	0,180	3	288,1 61	432,8 44	64,7 25	3,1 52
	6 день												
№ 62 Сбор.реп . На прод-ию для обуч. Во всех образ.уч реж- Дели 2015	КАПУСТА ТУШЕННАЯ	50	1,08	1,64	4,7	37,78	0,2	8,24	0,01	0,1	25,65 0,01	9,8	0,3 8
№ 268 Сбор.реп . На прод-ию для обуч. Во всех образ.уч реж- Дели 2015	КОТЛЕТЫ	80	9,66 0	12,41 2	9,450	182	0,166	3,861	-	1,384	54,97 4	21,9 30	1,6 78
№ 304 Сбор.реп . На прод-ию для обуч. Во всех образ.уч реж- Дели 2015	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,83 4	5,434	29,600	210	0,044	-	0,180	0,284	11,46 0	13,3 30	0,0 10

№ 338 Сбор.реп . На прод-ию для обуч. Во всех образ.уч реж- Дели 2015	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	100	0,40 0	0,400	7,350	47	0,030	8,000	-	0,200	46,00 0	11,00 0	0,10 0	0,0 00
№ 62 Сбор.реп . На прод-ию для обуч. Во всех образ.уч реж- Дели 2015	КАПУСТА ТУШЕННАЯ	50	1,08	1,64	4,7	37,78	0,2	8,24	0,01	0,1	25,65	0,01	9,8	0,3 8
№ 280 Сбор.реп . На прод-ию для обуч. Во всех образ.уч реж- Дели - 2015	ФРИКАДЕЛЬК И В СОУСЕ	55/50	8,33 0	7,743	3,194	175	0,030	0,650	0,1	1,256	100,5 30	110,0 71	0,07 7	1,0 00

№ 52 Сбор.реп . На прод-ию для обуч. Во всех образ.уч реж- Дели 2015	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,85 5	3,653	11,580	56	0,011	7,700	0,641	121,0 90	84,58 2	12,5 40	0,1 98
№ 291 Сбор.реп . На прод-ию для обуч. Во всех образ.уч реж- Дели - 2015	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	50/150	14,5 10	14,71 0	28,340	364	0,210	4,900	1,200	83,07 0	273,0 00	40,4 50	1,9 00
№ 377 Сбор.реп . На прод-ию для обуч. Во всех образ.уч реж- Дели - 2015	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15 /7	0,08 4	0,012	15,185	62	0,003	2,800	0,014	3,250	1,540	0,84 0	0,0 87
	ХЛЕБ ПШЕНИНИЧН ЫЙ	30	2,28 0	0,240	14,760	71	0,033	-	0,330	6,000	19,50 0	4,20 0	0,3 30

	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,00 0	0,200	9,000	44	0,014	-	-	0,108	2,760	12,72 0	3,00 0	0,3 72
	Итого:		18,7 29	18,81 5	78,865	597	0,27	15,4	0,1	2,293	216,1 7	391,3 4	61,0 3	2,8 87
	3 день													
№ 62 Сбор.реп . На прод-ию для обуч. Во всех образ.уч реж- Дели 2015	КАПУСТА ТУШЕННАЯ	50	1,08	1,64	4,7	37,78	0,2	8,24	0,01	0,1	25,65	0,01	9,8	0,3 8
№ 234 Сбор.реп . На прод-ию для обуч. Во всех образ.уч реж- Дели - 2015	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	6,45 0	4,240	7,49	116	0,050	0,480	0,100	0,646	44,02 0	137,0 60	12,0 00	0,0 00
№ 312 Сбор.реп . На прод-ию для обуч.	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬН ОЕ	150	3,09 0	8,282	22	172	0,164	7,943	0,080	0,231	47,80 5	98,83 5	8,00 0	0,0 00

2015																				
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,240	14,760	71	0,033	-	0,330	6,000	19,50	4,20	0,3							
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,00	0,200	9,000	44	0,014	-	0,108	2,760	12,72	3,00	0,3							
	Итого:		20,0	18,61	83,510	585	0,213	14,76	2,5	216,8	350,1	59,7	3,7							
	5 день		76	0						49	9	07								
№ 52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,85	3,653	11,580	56	0,011	7,700	0,641	121,0	84,58	12,5	0,1							
Сбор.репц . На прод-ию для обуч. Во всех образ.уч реж- : Дели 2015			5							90	2	40	98							
№ 290	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	50/50	11,6	10,75	11,632	164	0,168	6,326	0,956	85,18	163,1	15,7	1,8							
Сбор.репц . На прод-ию для обуч. Во всех образ.уч реж-			50	6						5	98	16	00							

Дели - 2015																					
№ 304 Сбор.репц . На прод-ию для обуч. Во всех образ.уч реж- Дели 2015	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,83 4	5,434	29,600	210	0,044	-	0,180	0,284	11,46 0	84,15 0	13,3 30	0,0 10							
№ 376 Сбор.репц . На прод-ию для обуч. Во всех образ.уч реж- Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,53	-	9,470	40	-	0,27	-	-	13,60 0	22,13	11,7 3	0,1 00							
Дели 2015	ХЛЕБ ПШЕНИЧН БЫЙ ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ)	30	2,28 0	0,240	14,760	71	0,033	-	-	0,330	6,000	19,50 0	4,20 0	0,3 30							
Итого:		20,1	20,28	86,042	585	0,27	14,296	0,18	2,319	240,0	386,2	60,5	2,8								

№ 377 Сбор.реп . На прод-ию для обуч. Во всех образ.уч реж- Дели 2015	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15 /7	0,08 4	0,012	15,185	62	0,003	2,800		0,014	3,250	1,540	0,84 0	0,0 87
	ХЛЕБ ПШЕНИЧН ЫЙ	30	2,28 0	0,240	14,760	71	0,033	-		0,330	6,000	19,50 0	4,20 0	0,3 30
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,00 0	0,200	9,000	44	0,014	-		0,108	2,760	12,72 0	3,00 0	0,3 72
	Итого:		17,2 0	18,73 7	69,185	538	0,219	14,601		2,135	218,3 43	393,1 88	59,9 49	3 3

Стоимость питания в день на одного учащегося составляет 53 руб 41 коп.