

## Обеспечение питанием обучающихся 1 Смена

| № рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г |   |   | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |    |   |       | Минеральные вещества, мг |   |    |    |
|--------|--------------------|-------|---------------------|---|---|-------------------|--------------|----|---|-------|--------------------------|---|----|----|
|        |                    |       | Б                   | Ж | У |                   | В1           | В2 | С | А,мкг | Са                       | Р | Mg | Fe |

## Комплекс горячего питания об-ся 1-4 кл. (День 9, )

|                 |                                               |     |       |       |       |        |      |      |      |       |        |        |       |      |
|-----------------|-----------------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|------|------|------|-------|--------|--------|-------|------|
| 26 СВ<br>2018Г  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ(СБ2018)              | 60  | 0,86  | 3,65  | 5,07  | 56,56  | 0,01 | 0,02 | 5,76 |       | 22,05  | 24,99  | 12,72 | 0,81 |
| 336 СВ<br>2018Г | ЗРАЗЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ<br>ПАРОВЫЕ(СБ2018). | 90  | 11,53 | 11,16 | 14,56 | 205,21 | 0,09 | 0,09 | 0,12 | 3,60  | 9,07   | 155,36 | 30,40 | 1,83 |
| 213 СВ<br>2018Г | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ(СБ2018)                 | 150 | 4,92  | 5,29  | 16,18 | 132,49 | 0,13 | 0,16 | 2,53 | 29,60 | 92,49  | 132,25 | 54,52 | 1,57 |
| 467 СВ<br>2018Г | НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ С МОЛОКОМ                  | 200 | 4,35  | 3,75  | 17,18 | 120,90 | 0,06 | 0,23 | 1,95 | 30,00 | 180,30 | 135,00 | 21,00 | 0,18 |
| 108 СВ<br>2013  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.                               | 40  | 3,16  | 0,40  | 19,04 | 94,40  | 0,02 | 0,01 |      |       | 4,00   | 13,00  | 2,80  | 0,22 |
| 109 СВ<br>2013  | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                   | 20  | 1,58  | 0,12  | 8,92  | 44,24  | 0,02 | 0,01 |      |       | 4,60   | 21,20  | 5,00  | 0,62 |

Итого по подменю: 91,76 26,40 24,37 80,95 653,80 0,33 0,52 10,36 63,20 312,51 481,80 126,44 5,23

## Комплекс горячего питания об-ся 5-11 кл. (День 9, )

|                 |                                              |     |       |       |       |        |      |      |      |       |        |        |       |      |
|-----------------|----------------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|------|------|------|-------|--------|--------|-------|------|
| 26 СВ<br>2018Г  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (СБ2018)            | 100 | 1,44  | 6,09  | 8,45  | 94,27  | 0,02 | 0,04 | 9,60 |       | 36,62  | 41,63  | 21,19 | 1,35 |
| 336 СВ<br>2018Г | ЗРАЗЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ<br>ПАРОВЫЕ(СБ2018) | 100 | 12,82 | 12,40 | 16,19 | 228,08 | 0,11 | 0,10 | 0,13 | 4,00  | 9,91   | 172,66 | 33,80 | 2,04 |
| 213 СВ<br>2018Г | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (СБ2018)               | 180 | 5,89  | 6,30  | 19,39 | 158,46 | 0,15 | 0,19 | 3,04 | 35,28 | 112,66 | 158,90 | 65,45 | 1,90 |
| 467 СВ<br>2018Г | НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ С МОЛОКОМ                 | 200 | 4,35  | 3,75  | 17,18 | 120,90 | 0,06 | 0,23 | 1,95 | 30,00 | 180,30 | 135,00 | 21,00 | 0,18 |
| 108 СВ<br>2013  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.                              | 40  | 3,16  | 0,40  | 19,04 | 94,40  | 0,02 | 0,01 |      |       | 4,00   | 13,00  | 2,80  | 0,22 |
| 109 СВ<br>2013  | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                  | 20  | 1,58  | 0,12  | 8,92  | 44,24  | 0,02 | 0,01 |      |       | 4,60   | 21,20  | 5,00  | 0,62 |

Итого по подменю: 102,89 29,24 29,06 89,17 740,35 0,38 0,58 14,72 69,28 348,09 542,39 149,24 6,31

Директор \_\_\_\_\_ /Яксун В.В./

Зав. производ. \_\_\_\_\_ / /

Калькулятор \_\_\_\_\_ 'Шарафиева

Меню на 01.02.2023 года

Директор школы \_\_\_\_\_ //

## Обеспечение питанием обучающихся 2 Смена

| N рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г |   |   | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |    |   |       | Минеральные вещества, мг |   |    |    |
|--------|--------------------|-------|---------------------|---|---|-------------------|--------------|----|---|-------|--------------------------|---|----|----|
|        |                    |       | Б                   | Ж | У |                   | В1           | В2 | С | А,мкг | Са                       | Р | Mg | Fe |

## Комплекс горячего питания об-ся 1-4 кл. (День 9,)

|                 |                                         |       |       |      |       |        |      |      |       |       |       |        |       |      |
|-----------------|-----------------------------------------|-------|-------|------|-------|--------|------|------|-------|-------|-------|--------|-------|------|
| 148 СВ<br>2018Г | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ/огурцы(СБ2018)        | 60    | 0,42  | 0,06 | 1,14  | 6,78   | 0,02 | 0,01 | 4,20  |       | 10,20 | 18,00  | 8,40  | 0,30 |
| 98 СВ<br>2018Г  | СВЕКОЛЬНИК (СБ2018)                     | 200/8 | 10,31 | 9,49 | 14,05 | 177,09 | 0,09 | 0,13 | 14,28 | 8,00  | 44,71 | 137,86 | 34,50 | 2,89 |
| 307 СВ<br>2018Г | БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (СБ2018)                 | 90    | 12,94 | 5,30 | 13,28 | 153,61 | 0,10 | 0,13 | 0,60  | 30,36 | 61,62 | 190,39 | 39,46 | 0,87 |
| 377 СВ<br>2018Г | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (СБ2018)              | 150   | 3,32  | 6,01 | 22,44 | 157,58 | 0,17 | 0,13 | 26,39 | 31,70 | 43,89 | 98,43  | 33,30 | 1,23 |
| 495 СВ<br>2018Г | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ<br>(СБ2018) | 200   | 0,44  | 0,02 | 21,78 | 89,06  |      | 0,01 | 0,44  |       | 22,54 | 15,42  | 6,01  | 1,23 |
| 108 СВ<br>2013  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                          | 20    | 1,58  | 0,20 | 9,52  | 47,20  | 0,02 | 0,01 |       |       | 4,00  | 13,00  | 2,80  | 0,22 |
| 109 СВ<br>2013  | ХЛЕБ РЖАНОЙ.                            | 40    | 3,16  | 0,24 | 17,84 | 88,48  | 0,02 | 0,01 |       |       | 4,60  | 21,20  | 5,00  | 0,62 |

Итого по подменю: 91,76 32,17 21,32 100,05 719,80 0,42 0,43 45,91 70,06 191,56 494,30 129,47 7,36

## Комплекс горячего питания об-ся 5-11 кл. (День 9,)

|                 |                                         |        |       |       |       |        |      |      |       |       |       |        |       |      |
|-----------------|-----------------------------------------|--------|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|-------|-------|--------|-------|------|
| 148 СВ<br>2018Г | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ/огурцы (СБ2018)       | 100    | 0,70  | 0,10  | 1,90  | 11,30  | 0,03 | 0,02 | 7,00  |       | 17,00 | 30,00  | 14,00 | 0,50 |
| 98 СВ<br>2018Г  | СВЕКОЛЬНИК(СБ2018)                      | 250/10 | 12,89 | 11,87 | 17,56 | 221,34 | 0,11 | 0,16 | 17,84 | 10,00 | 58,66 | 172,90 | 43,31 | 3,64 |
| 307 СВ<br>2018Г | БИТОЧКИ РЫБНЫЕ(СБ2018)                  | 100    | 14,38 | 5,90  | 14,76 | 170,81 | 0,11 | 0,15 | 0,66  | 33,68 | 68,46 | 211,71 | 43,87 | 0,96 |
| 377 СВ<br>2018Г | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ(СБ2018)               | 180    | 3,98  | 7,17  | 26,93 | 188,70 | 0,20 | 0,16 | 31,67 | 37,80 | 52,58 | 118,08 | 39,95 | 1,47 |
| 495 СВ<br>2018Г | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ<br>(СБ2018) | 200    | 0,44  | 0,02  | 21,78 | 89,06  |      | 0,01 | 0,44  |       | 22,54 | 15,42  | 6,01  | 1,23 |
| 108 СВ<br>2013  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.                         | 40     | 3,16  | 0,40  | 19,04 | 94,40  | 0,02 | 0,01 |       |       | 4,00  | 13,00  | 2,80  | 0,22 |
| 109 СВ<br>2013  | ХЛЕБ РЖАНОЙ.                            | 40     | 3,16  | 0,24  | 17,84 | 88,48  | 0,02 | 0,01 |       |       | 4,60  | 21,20  | 5,00  | 0,62 |

Итого по подменю: 102,89 38,71 25,70 119,81 864,09 0,49 0,52 57,61 81,48 227,84 582,31 154,94 8,64