

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ СШ № _____

« _____ » _____ 20 ____ г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО "КШЛ-1"

Л.Г. Оганесова

2023 г.

Замена к двухнедельному меню основного (организованного) горячего питания (обед)
для обучающихся 1-4 классов общеобразовательных школ
на осенний период 2023 г.
стоимостью 163-00 руб. (родительская плата)

№	Наименование блюда	СРБ и КИ	Выход, г	Пищевые вещества, г			Энерг. цен-сть, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
				Белки	Жиры	Углев.		В1,мг	В2,мг	С,мг	А,рет. экв.	Д,мкг	Са,мг	Р,мг	Mg,мг	Fe,мг	К,мг	Ј,мкг	Se, мкг	F,мкг
2 неделя																				
2 день																				
Обед № 1 заменить на Обед № 2																				
1	Маринад овощной с томатом																			
2	Суп из овощей с фасолью	570 (12)	60	0,767	5,016	5,618	71	0,03	0,03	2,03	0,01	0,00	24,88	33,24	20,19	0,53	124,60	105,53	1,71	29,75
3	Сметана	144 (21)	200	2,108	2,793	8,931	69	0,06	0,04	7,89	9,61	0,04	30,96	57,50	18,31	0,83	291,23	44,77	1,60	17,10
4	Зелень укропа, петрушки свежая	(1)	0	0,000	0,000	0,000	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
5	Гуляш из куриной грудки в яблочно-томатном соусе 50/75	(12)	0	0,000	0,000	0,000	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
6	Макаронные изделия отварные	(0)	125	13,195	5,629	12,802	155	0,07	0,01	2,85	12,03	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
7	Напиток апельсиновый*	516 (21)	150	4,483	3,696	31,295	176	0,07	0,02	0,00	12,60	0,06	19,06	117,23	18,66	1,61	336,84	4,65	14,85	84,55
8	Хлеб "Полезный" (из ржано-пшеничной муки)	646 (12)	200	0,157	0,036	18,972	77	0,01	0,01	5,28	0,00	0,00	20,54	82,78	23,97	0,78	98,55	88,79	0,05	10,44
9	Ватрушка с повидлом	(0)	30	1,047	0,195	11,027	50	0,09	0,02	0,00	0,00	0,00	7,11	4,40	2,49	0,11	35,97	0,34	0,09	2,90
	Итого за обед:	741 (21)	50	2,438	1,375	28,410	136	0,02	0,01	0,05	0,02	0,05	9,46	25,76	5,23	0,57	29,90	14,36	2,28	6,65
	Обед № 2		815	24,195	18,740	117,056	734	0,34	0,15	18,11	34,27	0,21	136,01	368,92	103,24	5,18	974,09	258,44	20,57	151,39
1	Маринад овощной с томатом	570 (12)	60	0,767	5,016	5,618	71	0,03	0,03	2,03	0,01	0,00	24,88	33,24	20,19	0,53	124,60	105,53	1,71	29,75
2	Суп из овощей с фасолью	144 (21)	200	2,108	2,793	8,931	69	0,06	0,04	7,89	9,61	0,04	30,96	57,50	18,31	0,83	291,23	44,77	1,60	17,10
3	Говядина отварная (для первых блюд)	(21)	15	3,546	3,176	0,000	43	0,01	0,03	0,00	0,00	0,00	6,76	40,23	4,88	0,60	65,05	53,54	0,00	13,12
4	Гуляш из свинины 60/60	437 (21)	120	10,661	20,400	3,702	241	0,34	0,10	1,17	0,02	0,00	17,91	139,38	22,65	1,58	259,25	86,55	1,55	26,69
5	Макаронные изделия отварные	516 (21)	150	4,483	3,696	31,295	176	0,07	0,02	0,00	12,60	0,06	20,54	82,78	23,97	0,78	98,55	88,79	0,05	10,44
6	Напиток апельсиновый*	646 (12)	200	0,157	0,036	18,972	77	0,01	0,01	5,28	0,00	0,00	7,11	4,40	2,49	0,11	35,97	0,34	0,09	2,90
7	Хлеб "Полезный" (из ржано-пшеничной муки)	(0)	30	1,047	0,195	11,027	50	0,09	0,02	0,00	0,00	0,00	24,00	48,00	14,40	0,75	57,00	0,00	0,00	0,00
8	Ватрушка с повидлом	741 (21)	50	2,438	1,375	28,410	136	0,02	0,01	0,05	0,02	0,05	9,46	25,76	5,23	0,57	29,90	14,36	2,28	6,65

Итого за обед:		825	25,206	36,687	107,956	863	0,63	0,27	16,43	22,26	0,15	141,62	431,30	112,11	5,75	961,55	393,87	7,27	106,
----------------	--	-----	--------	--------	---------	-----	------	------	-------	-------	------	--------	--------	--------	------	--------	--------	------	------

Экономист по ценам:

Технолог

Примечание:

- 1 - Сб.рецептур блюд и кул.изделий для ПОП. Изд. 1983 г.
- 12 - Сб.рецептур блюд и кул.изделий для ПОП 1994г
- 21 - сб.рецептур блюд и кул.изд. для ПОП при общеобр. школ 2004г.