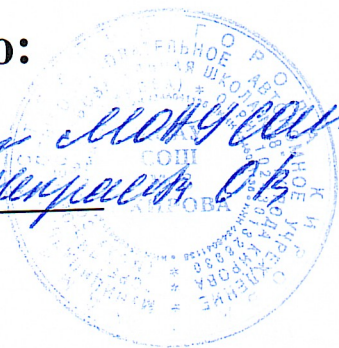


Согласовано:

01.11.2023  
Директор МБОУ СОШ № 1  
Федор Зинаида Александровна



Утверждаю:

начальник КШП

МКУ "КП и СП"

Сунцов Ф.В.

" 01 " 11 2023г



**МЕНЮ**  
**для организованного питания**  
**детей участников СВО**  
**1 смена**

меню № 001

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая стоимость	микроэлементы				витамины		№ рецептур
		белки	жиры	углеводы		Na	K	Ca	Fe	B	C	
<b>2 неделя</b>												
<b>понедельник</b>												
<b>Завтрак</b>												
котлета рубленая из говядины					247,0	664,0	72,0	643,0	0,0	0,0	3,0	451/4
рис отварной	100	17,0	16,0	18,0	267,00	392,0	528,0	78,0	4,0	0,0	0,0	465/96
напиток апельсиновый	200	0,0	0,0	26,0	100,0	3,00	44,00	8,00	0,00	0,00	13,00	312
батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	35.02 ттк
<b>итого</b>	<b>555</b>	<b>39,0</b>	<b>25,0</b>	<b>121,0</b>	<b>820,0</b>	<b>1293,0</b>	<b>718,0</b>	<b>742,0</b>	<b>5,0</b>	<b>0,0</b>	<b>16,0</b>	
<b>вторник</b>												
<b>Завтрак</b>												
колбаски школьные из говядины	100	18,00	18,00	11,00	273,00	589,00	306,00	18,00	1,00	0,00	0,00	358.04
каша гречневая рассыпчатая	180	7,0	12,0	34,0	266,0	700,0	204,0	20,0	4,0	0,0	0,0	297/4
напиток лимонный	200	0,0	0,0	24,0	96,0	2,0	27,0	7,0	0,0	0,0	6,0	312.01 ттк
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35.01 ттк
<b>итого</b>	<b>555</b>	<b>32,0</b>	<b>33,00</b>	<b>111,0</b>	<b>858,0</b>	<b>1741,0</b>	<b>702,0</b>	<b>69,0</b>	<b>7,0</b>	<b>0,0</b>	<b>6,0</b>	
<b>среда</b>												
<b>Завтрак</b>												
кнели студенческие из горбуши	100	18,0	9,0	7,0	185,0	505,0	46,0	31,0	0,0	0,0	0,0	729.04
пюре картофельное по-домашнему	180	4,0	6,0	29,0	191,0	809,0	1023,0	32,0	1,0	0,0	36,0	226.03 ттк
напиток из смеси сухофруктов	200	3,0	0,0	26,0	171,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	588/96
батон оздоровительный	75	5,0	2,0	36,0	182,0	350,0	70,0	13,0	1,0	0,0	0,0	882.06
<b>итого</b>	<b>555</b>	<b>30,0</b>	<b>17,0</b>	<b>98,0</b>	<b>729,0</b>	<b>1664,0</b>	<b>1140,0</b>	<b>76,0</b>	<b>2,0</b>	<b>0,0</b>	<b>36,0</b>	
<b>четверг</b>												
<b>Завтрак</b>												
биточек рубленый из птицы	100	19,0	10,0	18,0	234,0	788,0	311,0	54,0	2,0	0,0	0,0	498/4
рожки отварные	180	4,0	7,0	46,0	274,0	1210,0	66,0	13,0	1,0	0,0	0,0	273/96
напиток из кураги	200	1,0	0,0	28,0	116,0	3,0	265,0	25,0	1,0	0,0	1,0	651/96
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35.01 ттк
<b>итого</b>	<b>555</b>	<b>31,0</b>	<b>20,0</b>	<b>134,0</b>	<b>847,0</b>	<b>2451,0</b>	<b>807,0</b>	<b>116,0</b>	<b>6,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,0</b>	
<b>пятница</b>												
<b>Завтрак</b>												
котлета московская (К)	100	16,00	19,00	13,00	283,00	707,0	211,0	20,0	1,0	0,0	1,0	379.23
рис припущенный	180	2,00	11,00	25,00	209,00	2,0	31,0	1,0	0,0	0,0	0,0	4.85
напиток из плодов шиповника	200	0,0	0,0	20,0	96,0	0,0	27,0	7,0	0,0	0,0	0,0	773/ттк
хлеб ржаной	25	3,0	1,0	16,0	85,0	287,00	115,00	16,00	2,00	0,00	0,00	299
батон	50	4,0	2,0	26,0	138,0	163,00	50,00	8,00	0,00	0,00	0,00	35.01 ттк
<b>итого</b>	<b>555</b>	<b>25,0</b>	<b>33,0</b>	<b>100,0</b>	<b>811,0</b>	<b>1159,0</b>	<b>434,0</b>	<b>52,0</b>	<b>3,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,0</b>	
<b>суббота</b>												
<b>Завтрак</b>												
биточек рубленый из говядины	100	17,0	16,0	18,0	280,0	664,0	72,0	642,0	0,0	0,0	3,0	451/4
каша гречневая рассыпчатая	180	7,0	12,0	34,0	266,0	700,0	204,0	20,0	4,0	0,0	0,0	297/4
напиток яблочный	200	2,0	0,0	27,0	111,0	26,0	98,0	65,0	1,0	0,0	1,0	190 ттк
батон	75	6,0	2,0	40,0	206,0	234,0	74,0	13,0	1,0	0,0	0,0	35.02 ттк
<b>итого за 6 дней</b>	<b>555</b>	<b>32,0</b>	<b>30,0</b>	<b>119,0</b>	<b>863,0</b>	<b>1624,0</b>	<b>448,0</b>	<b>740,0</b>	<b>6,0</b>	<b>0,0</b>	<b>4,0</b>	
<b>среднее значение за период</b>					<b>4928,0</b>							
					<b>821,3</b>							

Примечание:

Для приготовления блюд используются:

- соль йодированная

- рекицен "РД"

При составлении меню использована нормативная документация: сборники рецептур 1996г, 1997г, 2004г, ТТК.

В примерном меню допускается замена продуктов, блюд и кулинарных изделий на другие при условии их соответствия по пищевой ценности и в соответствии с таблицей замены пищевых продуктов.

главный технолог  Исупова Л.И.