

Документ подписан электронной подписью.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ НА 2024 - 2025 ГОД МБОУ «Казачинская СОШ»

Составлено согласно: Санитарно-эпидемиологическим требованиям к организации общественного питания населения"(СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020г № 32 . Методическим рекомендациям МР 2.4.0179-20 "Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций" 2.4. Гигиена детей и подростков Утверждены Руководителем Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, главным государственным санитарным врачом Российской Федерации А.Ю.Поповой 18 мая 2020г. "Технологические карты блюд и кулинарных изделий для питания детей школьного возраста". Данные технологические карты составлены в соответствии с "Санитарно-эпидемиологическим требованиям к организации общественного питания населения"(СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020г № 32

для детей 7-10

лет

Группы 7 - 11 лет ОВЗ,ИНВ

День: понедельник

Неделя 1

№	1 день Завтрак		№ рец.	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
	Наименование блюда				Белки	Жиры	Углеб.		В	С	А	Ca	P	Mg	Fe
1	каша манная молочная		390	200	6,24	6,1	19,7	158,64	0,08	1,09	36,72	192,17	156,05	23,52	0,3
2	чай с сахаром		943	200	0,2	0	14	28	0,00	0,00	0,00	6	0,00	0,00	0,4
	хлеб пшеничный			50	3,8	0,4	24,6	117,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
4	м/сливочное порциями		41	10	0	8,2	0,1	75	0	0	59	1	2	0	0
5	яблоко			200	0,8	0,08	19,6	94							
6															
7															
Итого				660	11,04	14,78	78	472,84	0,08	1,09	95,72	199,17	158,05	23,52	0,7

1 день Обед

1	щи из свежей капусты с картофелем		187	200	1,40	3,91	6,79	67,80	0,05	14,77	0,00	34,66	38,10	17,80	0,64
2	плов из птицы		304	210	20,30	17,00	35,69	377,00	0,06	1,01	48,00	45,10	199,30	47,50	2,19
3	кисель		874	200	0,20	0,00	32,60	132,00	0,00	0,00	0,00	18,00	4,29	0,00	0,60
4	хлеб пшеничный			100	7,60	0,80	49,20	234,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
5	салат из свежих огурцов		13	60	0,46	3,65	1,43	40,38	0,02	5,7	0	13,11	24,01	7,98	0,34

Документ подписан электронной подписью.

6														
7														
Итого			770	29,96	25,36	125,71	851,58	0,13	21,48	48	110,87	265,7	73,28	3,77
Итого за день			1430	41	40,14	203,71	1324,42	0,21	22,57	143,72	310,04	423,75	96,8	4,47

День: вторник

№	2 день Завтрак	№ рец.	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
	Наименование блюда			Белки	Жиры	Углевы.		В	С	А	Са	Р	Mg	Fe
1	каша гречневая рассыпчатая	679	180	8,95	6,73	43	276,53	0,22	0	0,02	15,57	250,2	81	4,73
2	чай с сахаром	943	200	0,20	0,00	14,00	28,00	0,00	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,4
3	хлеб пшеничный		50	3,80	0,40	24,60	117,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
4	сыр порциями	42	20	4,64	5,90	0,00	72,8	0,01	0,14	52,00	176,00	100,00	7,00	0,20
5	яйцо отварное	424	40	5,1	4,6	0,3	63	0,03	0	0,1	22	76,8	4,8	1
6														
Итого			490	22,69	17,63	81,9	557,53	0,26	0,14	52,12	219,57	427	92,8	6,33

2 день Обед

1	россольник петербургский	197	200	1,68	4,09	13,27	96,60	0,08	6,03	0,00	21,16	57,56	20,72	0,78
2	макаронны отварные	688	180	6,62	5,42	31,73	202,14	0,07	0,00	25,20	5,83	44,60	25,34	1,33
3	тефтели , котлеты мясные	286	60	8,87	9,83	11,71	171,00	0,06	0,85	39,00	43,90	106,70	21,60	0,96
4	чай с сахаром	943	200	0,20	0,00	14,00	28,00	0,00	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,40
5	хлеб пшеничный		100	7,60	0,80	49,20	234,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
6	салат из свежих помидоров	14	60	0,68	3,71	2,83	47,46	0,04	12,25	0,00	10,55	19,73	10,67	0,50
Итого			800	25,65	23,85	122,74	779,6	0,25	19,13	64,2	87,44	228,59	78,33	3,97
Итого за день			1290	48,34	41,48	204,64	1337,13	0,51	19,27	116,32	307,01	655,59	171,13	10,3

Документ подписан электронной подписью.

День: среда

№	3 день Завтрак	№ рец.	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
	Наименование блюда			Белки	Жиры	Углев.		В	С	А	Ca	Р	Mg	Fe
1	каша рисовая молочная	168	160	2,32	3,96	28,97	161,00	0,02	0,00	20,00	4,70	50,60	16,40	0,36
2	чай с сахаром	943	200	0,20	0,00	14,00	28,00	0,00	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,40
	хлеб пшеничный		50	3,80	0,40	24,60	117,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
4	зефир		60	0,48	0,06	47,88	195,6							
5														
6														
7														
Итого			470	6,8	4,42	115,45	501,80	0,02	0,00	20,00	10,70	50,60	16,40	0,76

3 день Обед

1	суп картофельный с макаронными изделиями	208	200	2,15	2,27	13,71	83,80	0,09	6,60	0,00	19,68	53,32	21,60	0,87
2	пюре картофельное	694	180	3,67	5,76	24,53	164,70	0,16	21,80	30,60	44,37	103,91	33,30	1,21
3	рыба тушеная в томатном соусе с овощами	486	75/75	13,87	7,85	6,53	150,00	0,10	3,35	0,01	52,11	238,46	59,77	0,96
4	компот из смеси сухофруктов	868	200	0,04	0,00	24,76	94,20	0,01	1,08	0,00	6,40	3,60	0,00	0,18
5	хлеб пшеничный		100	7,60	0,80	49,20	234,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
6														
7														
Итого			680	27,33	16,68	118,73	727,10	0,36	32,83	30,61	122,56	399,29	114,67	3,22
Итого за день			1150	34,13	21,1	234,18	1228,90	0,38	32,83	50,610	133,26	449,89	131,07	3,98

четвер

День: г

Документ подписан электронной подписью.

№	4 день Завтрак	№ рец.	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
	Наименование блюда			Белки	Жиры	Углевы.		В	С	А	Са	Р	Mg	Fe
1	суп молочный с макаронными изделиями	93	200	5,75	5,21	18,84	145,20	0,09	0,91	30,60	161,62	137,98	24,14	0,51
2	чай с сахаром	943	200	0,20	0,00	14,00	28,00	0,00	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,40
	хлеб пшеничный		50	3,80	0,40	24,60	117,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
4	биоюгурт	966	200	5,80	5,00	8,40	108,00	0,04	0,60	0,08	248,00	184,00	28,00	0,20
5														
6														
7														
Итого			650	15,55	10,61	65,84	398,40	0,13	1,51	30,68	415,62	321,98	52,14	1,11

4 день Обед

1	суп картофельный с бобовыми	206	250	5,49	5,28	16,33	134,75	0,23	4,65	0,00	38,08	87,18	35,30	2,03
2	каша рассыпчатая гречневая	679	150	7,46	5,61	35,84	230,45	0,18	0,00	0,02	12,98	208,50	67,50	3,95
3	гуляш	591	80/75	19,72	17,89	4,76	168,20	0,17	1,28	0,00	24,36	194,69	26,01	2,32
4	какао с молоком	959	200	3,52	3,72	25,49	145,20	0,04	0,01	122,00	90,00	14,00	0,56	0,56
5	хлеб пшеничный		100	7,60	0,80	49,20	234,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
6	салат из кукурузы	12	60	1,73	3,71	4,82	59,58	0,06	5,58	0,00	11,20	3,47	11,72	0,40
7														
Итого			760	45,52	37,01	136,44	972,58	0,68	11,52	122,02	176,62	507,84	141,09	9,26
Итого за день			1410	61,07	47,62	202,28	1370,98	0,81	13,03	152,7	592,24	829,82	193,23	10,37

День: пятница

№	5 день Завтрак	№ рец.	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
	Наименование блюда			Белки	Жиры	Углевы.		В	С	А	Са	Р	Mg	Fe

Документ подписан электронной подписью.

7														
Итого			490	10,49	18,31	107,79	619,12	0,11	0	59,02	53,96	203,6	0,02	1,39

1 день Обед

1	борщ с капустой и картофелем	170	200	1,45	3,93	100,20	82,00	0,04	8,23	0,00	35,50	42,58	21,00	0,95
2	плов из птицы	304	210	20,30	17,00	35,69	377,00	0,06	1,01	48,00	45,10	199,30	47,50	2,19
3	кисель	874	200	0,20	0,00	32,60	132,00	0,00	0,00	0,00	18,00	4,29	0,00	0,60
4	хлеб пшеничный		100	7,60	0,80	49,20	234,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
5	салат из зеленого горошка	10	100	2,98	5,19	6,25	83,6	0,11	11	0,68	21,45	59,95	20,8	0,68
6														
7														
Итого			810	32,53	26,92	223,94	909	0,21	20,24	48,68	120,05	306,12	89,3	4,42
Итого за день			1300	43,02	45,23	331,73	1528,12	0,32	20,24	107,7	174,01	509,72	89,32	5,81

День: второй

№	2 день Завтрак	№ рец.	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
	Наименование блюда			Белк и	Жиры	Углев .		В	С	А	Са	Р	Mg	Fe
1	каша рисовая молочная	168	160	2,32	3,96	28,97	161,00	0,02	0,00	20,00	4,70	50,60	16,40	0,36
2	чай с сахаром	943	200	0,20	0,00	14,00	28,00	0,00	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,40
	хлеб пшеничный		50	3,80	0,40	24,60	117,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
4	мандарин		200	1,8	0,4	16,2	86							
5														
6														
7														
Итого			610	8,12	4,76	83,77	392,2	0,02	0	20	10,7	50,6	16,4	0,76

2 день Обед

1	суп крестьянский	201	200/20	4,79	6,03	12,42	118,62	0,06	0,03	1,02	32,07	34,98	5,42	0,30
---	------------------	-----	--------	------	------	-------	--------	------	------	------	-------	-------	------	------

Документ подписан электронной подписью.

2	запеканка картофельная с мясом	626	243	18,27	20,54	28,74	372,49	0,24	5,62	0,04	33,20	203,85	63,26	3,65
3	биойогурт	966	200	5,80	5,00	8,40	108,00	0,04	0,60	0,08	248,0 0	184,00	28,00	0,20
4	хлеб пшеничный		100	7,60	0,80	49,20	234,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
5														
6														
7														
Итого			543	36,46	32,37	98,76	833,51	0,34	6,25	1,14	313,27	422,83	96,68	4,15
Итого за день			1153	44,58	37,13	182,53	1225,71	0,36	6,25	21,14	323,97	473,43	113,0 8	4,91

День: **третье
й**

№	3 день Завтрак		Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
	Наименование блюда	№ рец.		Белк и	Жир ы	Углев .		В	С	А	Са	Р	Mg	Fe
1	каша Дружба	177	200	10,4	11,11	41,3	307	0,26	1,2	81	158,6	257,3	86,7	2,75
2	чай с сахаром	943	200	0,20	0,00	14,00	28,00	0,00	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,40
	хлеб пшеничный		50	3,80	0,40	24,60	117,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
4	масло сливочное порциями	41	10	0	8,2	0,1	75	0	0	59	1	1	0	0
5	банан		200	3	1	42	192							
6														
7														
Итого			660	17,4	20,71	122	719,2	0,26	1,2	140	165,6	258,3	86,7	3,15

3 день Обед

1	лапша домашняя	208	200	2,15	2,27	13,71	83,80	0,09	6,60	0,00	19,68	53,32	21,60	0,87
2	капуста тушеная	336	150	2,78	6,48	34,52	213,53	0,23	31,5 0	31,50	21,96	119,59	43,99	1,73
3	птица тушеная	301	80	17,92	14,58	5,62	225,00	0,06	0,54	43,00	56,10	138,20	23,90	1,77
4	компот из смеси сухофруктов	868	200	0,04	0,00	24,76	94,20	0,01	1,08	0,00	6,40	3,60	0,00	0,18

Документ подписан электронной подписью.

5	хлеб пшеничный		100	7,60	0,80	49,20	234,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
6														
7														
Итого			730	30,49	24,13	127,81	850,93	0,39	39,72	74,5	104,14	314,71	89,49	4,55
Итого за день			1390	47,89	44,84	249,81	1570,13	0,65	40,92	214,5	269,74	573,01	176,19	7,7

День: четвертый

№	4 день Завтрак Наименование блюда	№ рец.	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеб.		В	С	А	Са	Р	Mg	Fe
1	каша манная молочная	390	200	6,24	6,1	19,7	158,64	0,08	1,09	36,72	192,17	156,05	23,52	0,3
2	чай с сахаром	943	200	0,2	0	14	28	0,00	0,00	0,00	6	0,00	0,00	0,4
	хлеб пшеничный		50	3,8	0,4	24,6	117,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
4	яблоко		200	0,8	0,08	19,6	94							
5														
6														
7														
Итого			650	11,04	6,58	77,9	397,84	0,08	1,09	36,72	198,17	156,05	23,52	0,7

4 день Обед

1	суп рисовый с говядиной	204	200/20	7,18	2,94	11,76	102,26	0,10	6,70	0,00	21,01	95,87	25,93	1,18
2	макаронны отварные	688	180	6,62	5,42	31,73	202,14	0,07	0,00	25,20	5,83	44,60	25,34	1,33
3	рыба тушеная в таматном соусе с овощами	486	75/75	13,87	7,85	6,53	150,00	0,10	3,35	0,01	52,11	238,46	59,77	0,96
4	чай с сахаром	943	200	0,20	0,00	14,00	28,00	0,00	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,40
5	хлеб пшеничный		100	7,60	0,80	49,20	234,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
6														
7														
Итого			480	35,47	17,01	113,22	716,8	0,27	10,05	25,21	84,95	378,93	111,04	3,87

Документ подписан электронной подписью.

	Итого за день		1130	46,51	23,59	191,12	1114,64	0,35	11,14	61,93	283,12	534,98	134,56	4,57
--	----------------------	--	-------------	--------------	--------------	---------------	----------------	-------------	--------------	--------------	---------------	---------------	---------------	-------------

День: пятый

№	5 день Завтрак	№ рец.	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
	Наименование блюда			Белки	Жиры	Углеб.		В	С	А	Ca	Р	Mg	Fe
1	макароны запеченные с сыром	421	180/10	9,67	10,19	41,36	281,3	0,09	0,23	4,52	161,03	148,95	18,33	1,13
2	чай с сахаром	943	200	0,20	0,00	14,00	28,00	0,00	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,40
	хлеб пшеничный		50	3,80	0,40	24,60	117,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
4	сок		200	0,2	0	24	100							
5														
6														
7														
Итого			450	13,87	10,59	103,96	526,5	0,09	0,23	4,52	167,03	148,95	18,33	1,53

5 день Обед

1	суп с мясными фрикадельками	209	200/20	5,83	4,56	13,59	118,80	0,12	9,87	3,96	25,52	103,97	32,01	1,29
2	жаркое по-домашнему	436	50/100	17,21	4,67	13,72	165,63	0,13	5,61	15,00	19,44	210,63	41,06	2,52
3	какао с молоком	959	200	3,52	3,72	25,49	145,20	0,041,30	0,01	122,00	90,00	14,00	0,56	0,56
4	хлеб пшеничный		100	7,60	0,80	49,20	234,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
5	салат из свежих огурцов и помидоров	15	100	0,98	6,15	3,73	74,20	0,05	16,76	0,00	18,68	34,61	16,26	0,74
6														
7														
Итого			400	35,14	19,9	105,73	738,23	0,3	32,25	140,96	153,64	363,21	89,89	5,11
Итого за день			850	49,01	30,49	209,69	1264,73	0,39	32,48	145,48	320,67	512,16	108,22	6,64

Документ подписан электронной подписью.

Итого			910	35,69	33,03	137,28	989,7	0,17	29,2 2	60	139,56	341,07	94,93	4,71
	Итого за день		1620	50,53	48,21	239,88	1579,74	0,25	30,3 1	155,72	338,73	499,12	118,4 5	5,41

День: вторник

№	2 день Завтрак Наименование блюда	№ рец.	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
				Белки	Жиры	Углеводы		В	С	А	Ca	P	Mg	Fe	
1	каша гречневая рассыпчатая	679	200	9,94	7,48	47,78	307,26	0,24	0	0,02	17,3	278	90	5,26	
2	чай с сахаром	943	200	0,20	0,00	14,00	28,00	0,00	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,4	
3	хлеб пшеничный		100	7,6	0,8	49,2	234,4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
4	сыр порциями	42	20	4,64	5,90	0,00	72,8	0,01	0,14	52,00	176,00	100,00	7,00	0,20	
5	яйцо отварное	424	40	5,1	4,6	0,3	63	0,03	0	0,1	22	76,8	4,8	1	
6															
Итого				560	27,48	18,78	111,28	705,46	0,28	0,14	52,12	221,3	454,8	101,8	6,86

2 день Обед

1	россольник петербургский	197	250	2,10	5,11	16,59	120,75	0,10	7,54	0,00	26,45	71,95	25,90	0,98	
2	макаронны отварные	688	200	7,36	6,02	35,26	224,60	0,08	0,00	28,00	6,48	49,56	28,16	1,48	
3	тефтели , котлеты мясные	286	80	11,78	12,91	14,90	223,00	0,07	1,13	51,00	57,80	140,40	28,40	1,27	
4	чай с сахаром	943	200	0,20	0,00	14,00	28,00	0,00	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,40	
5	хлеб пшеничный		100	7,60	0,80	49,20	234,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
6	салат из свежих помидоров	14	100	1,13	6,19	4,72	79,10	0,06	20,42	0,00	17,58	32,88	17,79	0,84	
Итого				930	30,17	31,03	134,67	909,85	0,31	29,09	79	114,31	294,79	100,25	4,97
	Итого за день		1490	57,65	49,81	245,95	1615,31	0,59	29,23	131,12	335,61	749,59	202,05	11,83	

День: среда

Документ подписан электронной подписью.

№	3 день Завтрак		Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
	№ рец.	Наименование блюда		Белк и	Жиры	Углев .		В	С	А	Са	Р	Mg	Fe
1	168	каша рисовая молочная	200	3,09	4,07	36,98	197,00	0,03	0,00	20,00	5,90	67,00	21,80	0,47
2	943	чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00	0,00	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,40
		хлеб пшеничный	100	7,6	0,8	49,2	234,4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
4		зефир	60	0,48	0,06	47,88	195,6							
5														
6														
7														
Итого			560	11,37	4,93	148,06	655,00	0,03	0,00	20,00	11,90	67,00	21,80	0,87

3 день Обед

1	208	суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,69	2,84	17,14	104,75	0,11	8,25	0,00	24,60	66,65	27,00	1,09
2	694	пюре картофельное	200	4,08	6,40	27,26	183,00	0,18	24,2 2	34,00	49,30	115,46	37,00	1,34
3	486	рыба тушеная в тамадном соусе с овощами	75/72	13,87	7,85	6,53	150,00	0,10	3,35	0,01	52,11	238,46	59,77	0,96
4	868	компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	24,76	94,20	0,01	1,08	0,00	6,40	3,60	0,00	0,18
5		хлеб пшеничный	100	7,60	0,80	49,20	234,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
6														
7														
Итого			750	28,28	17,89	124,89	766,35	0,4	36,9	34,01	132,41	424,17	123,7 7	3,57
Итого за день			1310	39,65	22,82	272,95	1421,35	0,43	36,9	54,010	144,31	491,17	145,5 7	4,44

четвер

День: г

№	4 день Завтрак		Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
	№ рец.	Наименование		Белк	Жир	Углев		В	С	А	Са	Р	Mg	Fe

Документ подписан электронной подписью.

7														
Итого			560	14,93	19,28	136,5	761,26	0,12	0	59,02	59,18	226	0,02	1,5

1 день Обед

1	борщ с капустой и картофелем	170	250	1,81	4,91	125,25	102,50	0,05	10,29	0,00	44,38	53,23	26,25	1,19
2	плов из птицы	304	260	25,38	21,25	44,61	471,25	0,08	1,26	60,00	56,38	249,13	59,38	2,74
3	кисель	874	200	0,20	0,00	32,60	132,00	0,00	0,00	0,00	18,00	4,29	0,00	0,60
4	хлеб пшеничный		100	7,60	0,80	49,20	234,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
5	салат из зеленого горошка	10	100	2,98	5,19	6,25	83,6	0,11	11	0,68	21,45	59,95	20,8	0,68
6														
7														
Итого			910	37,97	32,15	257,91	1023,75	0,24	22,55	60,68	140,21	366,6	106,43	5,21
Итого за день			1470	52,9	51,43	394,41	1785,01	0,36	22,55	119,7	199,39	592,6	106,45	6,71

День: второй

№	2 день Завтрак	№ рец.	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
	Наименование блюда			Белки	Жиры	Углев.		В	С	А	Ca	Р	Mg	Fe
1	каша рисовая молочная	168	200	3,09	4,07	36,98	197,00	0,03	0,00	20,00	5,90	67,00	21,80	0,47
2	чай с сахаром	943	200	0,20	0,00	14,00	28,00	0,00	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,40
	хлеб пшеничный		100	7,6	0,8	49,2	234,4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
4	мандарин		200	1,8	0,4	16,2	86							
5														
6														
7														
Итого			700	12,69	5,27	116,38	545,4	0,03	0	20	11,9	67	21,8	0,87

2 день Обед

1	суп крестьянский	201	250	5,99	7,54	15,53	148,28	0,08	0,04	1,28	40,09	43,73	6,78	0,38
---	------------------	-----	-----	------	------	-------	--------	------	------	------	-------	-------	------	------

Документ подписан электронной подписью.

2	запеканка картофельная с мясом	626	243	18,27	20,54	28,74	372,49	0,24	5,62	0,04	33,20	203,85	63,26	3,65
3	биойогурт	966	200	5,80	5,00	8,40	108,00	0,04	0,60	0,08	248,0 0	184,00	28,00	0,20
4	хлеб пшеничный		100	7,60	0,80	49,20	234,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
5														
6														
7														
Итого			793	37,66	33,88	101,87	863,17	0,36	6,26	1,4	321,29	431,58	98,04	4,23
Итого за день			1493	50,35	39,15	218,25	1408,57	0,39	6,26	21,4	333,19	498,58	119,8 4	5,1

День: **третье
й**

№	3 день Завтрак		Выход	Пищевые вещества			Энергетическа я ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
	Наименование блюда	№ рец.		Белк и	Жир ы	Углев .		В	С	А	Са	Р	Mg	Fe
1	каша Дружба	177	200	10,4	11,11	41,3	307	0,26	1,2	81	158,6	257,3	86,7	2,75
2	чай с сахаром	943	200	0,20	0,00	14,00	28,00	0,00	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,40
	хлеб пшеничный		100	7,6	0,8	49,2	234,4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
4	масло сливочное порциями	41	10	0	8,2	0,1	75	0	0	59	1	1	0	0
5	банан		200	0,8	0,6	20,6	94							
6														
7														
Итого			710	19	20,71	125,2	738,4	0,26	1,2	140	165,6	258,3	86,7	3,15

3 день Обед

1	лапша домашняя	208	250	2,69	2,84	17,14	104,75	0,11	8,25	0,00	24,60	66,65	27,00	1,09
2	капуста тушеная	336	200	3,70	8,64	46,03	284,70	0,31	42,0 0	42,00	29,28	159,45	58,65	2,31
3	птица тушеная	301	80	17,92	14,58	5,62	225,00	0,06	0,54	43,00	56,10	138,20	23,90	1,77
4	компот из смеси сухофруктов	868	200	0,04	0,00	24,76	94,20	0,01	1,08	0,00	6,40	3,60	0,00	0,18

Документ подписан электронной подписью.

5	хлеб пшеничный		100	7,60	0,80	49,20	234,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
6														
7														
Итого			830	31,95	26,86	142,75	943,05	0,49	51,87	85	116,38	367,9	109,55	5,35
Итого за день			1540	50,95	47,57	267,95	1681,45	0,75	53,07	225	281,98	626,2	196,25	8,5

День: четвертый

№	4 день Завтрак		№ рец.	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
	Наименование блюда				Белки	Жиры	Углев.		В	С	А	Ca	P	Mg	Fe
1	каша манная молочная		390	200	6,24	6,1	19,7	158,64	0,08	1,09	36,72	192,17	156,05	23,52	0,3
2	чай с сахаром		943	200	0,2	0	14	28	0,00	0,00	0,00	6	0,00	0,00	0,4
	хлеб пшеничный			100	7,6	0,8	49,2	234,4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
4	яблоко			200	0,8	0,08	19,6	94							
5															
6															
7															
Итого				700	14,84	6,98	102,5	515,04	0,08	1,09	36,72	198,17	156,05	23,52	0,7

4 день Обед

1	суп рисовый с говядиной	204	250/15	6,18	3,30	14,65	113,00	0,11	8,33	0,00	24,98	96,93	29,45	1,24	
2	макаронны отварные	688	200	7,36	6,02	35,26	224,60	0,08	0,00	28,00	6,48	49,56	28,16	1,48	
3	рыба тушеная в таматном соусе с овощами	486	75/75	13,87	7,85	6,53	150,00	0,10	3,35	0,01	52,11	238,46	59,77	0,96	
4	чай с сахаром	943	200	0,20	0,00	14,00	28,00	0,00	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,40	
5	хлеб пшеничный		100	7,60	0,80	49,20	234,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
6															
7															
Итого				500	35,21	17,97	119,64	750	0,29	11,68	28,01	89,57	384,95	117,38	4,08

Документ подписан электронной подписью.

	Итого за день		1200	50,05	24,95	222,14	1265,04	0,37	12,7 7	64,73	287,74	541	140,9	4,78
--	----------------------	--	-------------	--------------	--------------	---------------	----------------	-------------	-------------------	--------------	---------------	------------	--------------	-------------

День: пятый

№	5 день Завтрак	№ рец.	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
	Наименование блюда			Белки	Жиры	Углеб.		В	С	А	Ca	Р	Mg	Fe
1	макароны запеченные с сыром	421	200/10	10,7	11,27	45,96	311,88	0,1	0,25	4,53	177,25	164,55	20,3	1,26
2	чай с сахаром	943	200	0,20	0,00	14,00	28,00	0,00	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,40
	хлеб пшеничный		100	7,6	0,8	49,2	234,4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
4	сок		200	0,2	0	24	100							
5														
6														
7														
Итого			500	18,7	12,07	133,16	674,28	0,1	0,25	4,53	183,25	164,55	20,3	1,66

5 день Обед

1	суп с мясными фрикадельками	209	250,25	7,29	5,70	16,99	148,50	0,15	12,34	4,95	31,90	129,96	40,01	1,61
2	жаркое по-домашнему	436	80/160	27,53	7,47	21,95	265,00	0,21	8,97	24,00	31,10	337,00	65,70	4,03
3	какао с молоком	959	200	3,52	3,72	25,49	145,20	0,041,30	0,01	122,00	90,00	14,00	0,56	
4	хлеб пшеничный		100	7,60	0,80	49,20	234,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
5	салат из свежих огурцов и помидоров	15	100	0,98	6,15	3,73	74,20	0,05	16,76	0,00	18,68	34,61	16,26	0,74
6														
7														
Итого			650,25	46,92	23,84	117,36	867,3	0,41	38,08	150,95	171,68	515,57	122,53	6,38
Итого за день			1150,25	65,62	35,91	250,52	1541,58	0,51	38,33	155,48	354,93	680,12	142,83	8,04

Документ подписан электронной подписью.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ



**ПОДЛИННОСТЬ ДОКУМЕНТА ПОДТВЕРЖДЕНА.
ПРОВЕРЕНО В ПРОГРАММЕ КРИПТОАРМ.**

ПОДПИСЬ

Общий статус подписи:	Подпись верна
Сертификат:	00900172028058B482E4EFDA781BA51D81
Владелец:	МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "КАЗАЧИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА", Нога, Александр Викторович, kaz.shkola@mail.ru, 850303037966, 8503004655, 11054345303, 1028500603218, МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "КАЗАЧИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА", Директор, с. Казачье, ул. Больничная, д. 1А, Иркутская область, RU
Издатель:	Федеральное казначейство, Казначейство России, RU, г. Москва, Большой Златоустинский переулок, д. 6, строение 1, 1047797019830, 7710568760, 77 Москва, uc_fk@roskazna.ru
Срок действия:	Действителен с: 26.07.2024 15:25:00 UTC+08 Действителен до: 19.10.2025 15:25:00 UTC+08
Дата и время создания ЭП:	12.12.2024 14:49:10 UTC+08