

«СОГЛАСОВАНО»

«__» _____ 2023 г.



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор

ООО «Фабрика питания»

Частикова С.В.

«01» сентября 2023 г.

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ НА ГОРЯЧЕЕ ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ ШКОЛ

с ограниченными возможностями здоровья

КОГОбУ СШ пгт Нижнеивкино Куменского района

НА 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД



в период осень-зима 2023г – 2024г

(возрастная группа 12-17 лет, школы полного цикла)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"
Идентификатор: 0e3cdd21-519a-45ff-b62e-3ae4bd7c5cd9

| | | | |
|------------|--|-----------------------------|---|
| ОТПРАВЛЕНО | ООО "ФАБРИКА ПИТАНИЯ" , Частикова Светлана Васильевна, ДИРЕКТОР | 01.09.23 08:47 (MSK) | Сертификат 015B95A700EEAEEDA249053FF6BBF5A668 |
| УТВЕРЖДЕНО | КИРОВСКОЕ ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ШКОЛА ПГТ НИЖНЕИВКИНО КУМЕНСКОГО РАЙОНА" , Чеснокова Ирина Михайловна, Директор | 04.09.23 09:25 (MSK) | Сертификат 00F7A66CFD075CE41F633A720C44D1048D |

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ 2023-2024г.
с ограниченными возможностями здоровья
(возрастная категория 12-17 лет)

Сезон: осень - зима

Неделя: первая

День: 1 - понедельник

ЗАВТРАК

| № рецептуры | Прием пищи Наименование блюда | Масса порции (г) | Питательные вещества | | | Энергетическая ценность | Витамины (мг) | | Минеральные вещества (мг) | | | | |
|-------------------------------|----------------------------------|------------------|----------------------|--------------|--------------|-------------------------|----------------|-------------|---------------------------|---------------|---------------|--------------|--|
| | | | Б | Ж | У | | В ₁ | С | Са | Р | Mg | Fe | |
| 260 | Гуляш | 100 | 9,52 | 20,47 | 3,93 | 263,51 | 0,44 | 1,47 | 12,79 | 93,94 | 13,35 | 0,89 | |
| 302 | Каша гречневая рассыпчатая | 190 | 5,53 | 9,05 | 43,13 | 288,06 | 0,38 | 0 | 25,897 | 0 | 1,349 | 6,023 | |
| 494 | Чай с сахаром и с лимоном | 200/5 | 0,24 | 0 | 15,16 | 60,48 | 0 | 2,1 | 16,58 | 1,1 | 2,64 | 0,9 | |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 141 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК : | 555 | 19,85 | 30 | 91,74 | 753,05 | 0,82 | 3,57 | 55,267 | 95,04 | 17,339 | 7,813 | |
| дополнительное питание | | | | | | | | | | | | | |
| 154 | Суп крестьянский с крупой | 250 | 5,44 | 6,46 | 22,44 | 145,78 | 0,09 | 24,03 | 48,69 | 81 | 26,25 | 0,9 | |
| | Сок | 200 | 0,2 | 0 | 24 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 141 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | 1065 | 30,05 | 36,94 | 167,7 | 1139,83 | 0,91 | 27,6 | 103,957 | 176,04 | 43,589 | 8,713 | |

Неделя: первая

День: 2 - вторник

ЗАВТРАК

| № рецептуры | Прием пищи Наименование блюда | Масса порции | Питательные вещества | | | Энергетическая ценность | Витамины (мг) | | Минеральные вещества (мг) | | | | |
|-------------------------------|----------------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------|----------------|--------------|---------------------------|----------------|---------------|--------------|--|
| | | | Б | Ж | У | | В ₁ | С | Са | Р | Mg | Fe | |
| 886 | Кнели из кур с рисом | 100 | 11,97 | 9,76 | 6,92 | 157,71 | 0,07 | 1,71 | 9,84 | 175,58 | 86,18 | 1,43 | |
| 291 | Макаронные изделия отварные | 180 | 6,79 | 0,81 | 34,85 | 173,88 | 0,072 | 0,018 | 6,84 | 42,84 | 9,72 | 0,936 | |
| 377 | Соус красный основной | 30 | 0,34 | 0,58 | 1,79 | 13,83 | 0,009 | 1,32 | 3,381 | 3,306 | 1,62 | 0,102 | |
| 493 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15,02 | 58,76 | 0 | 0,1 | 14,58 | 0 | 2,04 | 0,86 | |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 141 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК: | 570 | 23,86 | 11,63 | 88,1 | 545,18 | 0,151 | 3,148 | 34,641 | 221,726 | 99,56 | 3,328 | |
| дополнительное питание | | | | | | | | | | | | | |
| 113 | Суп лапша домашняя | 250 | 3,94 | 10,12 | 25,68 | 135,06 | 0 | 1,8 | 19,77 | 6,96 | 4,53 | 0,18 | |
| 494 | Чай сахаром и с лимоном | 200/5 | 0,24 | 0 | 15,16 | 60,48 | 0 | 2,1 | 16,58 | 1,1 | 2,64 | 0,9 | |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 141 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| 476 | Пирожок с повидлом | 50 | 2,75 | 1,15 | 28,5 | 135,5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | 1135 | 35,35 | 23,38 | 186,96 | 1017,22 | 0,151 | 7,048 | 70,991 | 229,786 | 106,73 | 4,408 | |

Неделя: первая

День: 3 - среда

ЗАВТРАК

| № рецептуры | Прием пищи Наименование блюда | Масса порции (г) | Питательные вещества | | | Энергетическая ценность | Витамины (мг) | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|-------------------------------|--|------------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------|----------------|-------------|---------------------------|----------------|----------------|--------------|
| | | | Б | Ж | У | | В ₁ | С | Ca | P | Mg | Fe |
| 130 | Курица тушеная с морковью | 100 | 11,6 | 8,65 | 5,2 | 147,37 | 0,08 | 4,32 | 17,1 | 107,55 | 53,02 | 1,17 |
| 304 | Рис отварной | 190 | 4,9 | 5,95 | 38,1 | 276,17 | 0,057 | 0 | 26,41 | 102,619 | 38,304 | 0,722 |
| 494 | Чай сахаром и с лимоном | 200/5 | 0,24 | 0 | 15,16 | 60,48 | 0 | 2,1 | 16,58 | 1,1 | 2,64 | 0,9 |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 141 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК: | 555 | 21,3 | 15,08 | 87,98 | 625,02 | 0,137 | 6,42 | 60,09 | 211,269 | 93,964 | 2,792 |
| дополнительное питание | | | | | | | | | | | | |
| 274 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 250/10 | 6,48 | 7,56 | 24,7 | 154,02 | 0,06 | 23,88 | 60,96 | 48,96 | 24 | 1,32 |
| 493 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15,02 | 58,76 | 0 | 0,1 | 14,58 | 0 | 2,04 | 0,86 |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 141 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Свежий фрукт (яблоко) | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 0,3 | 10 | 16 | 11 | 9 | 2,2 |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | 1175 | 32,94 | 23,52 | 167,02 | 1025,8 | 0,497 | 40,4 | 151,63 | 271,229 | 129,004 | 7,172 |

Неделя: первая

День: 4 - четверг

ЗАВТРАК

| № рецептуры | Прием пищи Наименование блюда | Масса порции (г) | Питательные вещества | | | Энергетическая ценность | Витамины (мг) | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|-------------------------------|--------------------------------------|------------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------|----------------|---------------|---------------------------|----------------|----------------|--------------|
| | | | Б | Ж | У | | В ₁ | С | Ca | P | Mg | Fe |
| 294 | Котлета рубленая куриная | 100 | 14,73 | 10,91 | 8,99 | 176,01 | 0,09 | 1,33 | 11,23 | 126,54 | 63,9 | 1,38 |
| 362 | Пюре картофельное | 180 | 3,92 | 5,9 | 26,19 | 174,08 | 0,198 | 30,762 | 49,698 | 88,218 | 34,974 | 1,422 |
| 377 | Соус красный основной | 30 | 0,34 | 0,58 | 1,79 | 13,83 | 0,009 | 1,32 | 3,381 | 3,306 | 1,62 | 0,102 |
| 493 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15,02 | 58,76 | 0 | 0,1 | 14,58 | 0 | 2,04 | 0,86 |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 141 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК: | 570 | 23,75 | 17,87 | 81,51 | 563,68 | 0,297 | 33,512 | 78,889 | 218,064 | 102,534 | 3,764 |
| дополнительное питание | | | | | | | | | | | | |
| 134 | Рассольник ленинградский со сметаной | 250/10 | 2,73 | 12,48 | 32,04 | 223,44 | 0,12 | 20,16 | 42,03 | 58,65 | 24,78 | 1,08 |
| | Сок | 200 | 0,2 | 0 | 24 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 141 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | 1090 | 31,24 | 30,83 | 167,07 | 1028,12 | 0,417 | 53,672 | 120,919 | 276,714 | 127,314 | 4,844 |

Неделя: первая

День: 5 - пятница

ЗАВТРАК

| № рецептуры | Прием пищи Наименование блюда | Масса порции (г) | Питательные вещества | | | Энергетическая ценность | Витамины (мг) | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|-------------------------------|---|------------------|----------------------|---------------|----------------|-------------------------|----------------|----------------|---------------------------|----------------|----------------|--------------|
| | | | Б | Ж | У | | В ₁ | С | Са | Р | Mg | Fe |
| 795 | Биточки мясные | 100 | 11,18 | 20,16 | 8,69 | 301,97 | 0,55 | 0 | 11,14 | 108,04 | 14,3 | 1,23 |
| 291 | Макаронные изделия отварные | 180 | 6,79 | 0,81 | 34,85 | 173,88 | 0,072 | 0,018 | 6,84 | 42,84 | 9,72 | 0,936 |
| 377 | Соус красный основной | 30 | 0,34 | 0,58 | 1,79 | 13,83 | 0,009 | 1,32 | 3,381 | 3,306 | 1,62 | 0,102 |
| 494 | Чай сахаром и с лимоном | 200/5 | 0,24 | 0 | 15,16 | 60,48 | 0 | 2,1 | 16,58 | 1,1 | 2,64 | 0,9 |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 141 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК: | 575 | 23,11 | 22,03 | 90,01 | 691,16 | 0,631 | 3,438 | 37,941 | 155,286 | 28,28 | 3,168 |
| дополнительное питание | | | | | | | | | | | | |
| 142 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 250/10 | 2,64 | 7,74 | 20,64 | 127,68 | 0,09 | 36,78 | 64,71 | 46,44 | 21,96 | 0,93 |
| 493 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15,02 | 58,76 | 0 | 0,1 | 14,58 | 0 | 2,04 | 0,86 |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 141 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 476 | Пирожок с повидлом | 50 | 2,75 | 1,15 | 28,5 | 135,5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | 1145 | 33,26 | 31,4 | 183,69 | 1154,1 | 0,721 | 40,318 | 117,231 | 201,726 | 52,28 | 4,958 |
| | СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ: | 1122 | 32,568 | 29,214 | 174,488 | 1073,014 | 0,5392 | 33,8076 | 112,9456 | 231,099 | 91,7834 | 6,019 |

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ 2023-2024г.
с ограниченными возможностями здоровья
(возрастная категория 12-17 лет)

Сезон: осень - зима

Неделя: вторая

День: 1 - понедельник

ЗАВТРАК

| № рецептуры | Прием пищи Наименование блюда | Масса порции (г) | Питательные вещества | | | Энергетическая ценность | Витамины (мг) | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|-------------|----------------------------------|------------------|----------------------|-------------|--------------|-------------------------|----------------|-------------|---------------------------|----------------|----------------|--------------|
| | | | Б | Ж | У | | В ₁ | С | Са | Р | Mg | Fe |
| 880 | Биточки куриные припущенные | 100 | 12,52 | 9,91 | 8,99 | 167,02 | 0,09 | 1,33 | 11,23 | 126,54 | 63,9 | 1,38 |
| 304 | Рис отварной | 180 | 4,64 | 5,63 | 36,09 | 261,63 | 0,054 | 0 | 25,02 | 97,218 | 36,288 | 0,684 |
| 377 | Соус красный основной | 30 | 0,34 | 0,58 | 1,79 | 13,83 | 0,009 | 1,32 | 3,381 | 3,306 | 1,62 | 0,102 |
| 494 | Чай сахаром и с лимоном | 200/5 | 0,24 | 0 | 15,16 | 60,48 | 0 | 2,1 | 16,58 | 1,1 | 2,64 | 0,9 |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 141 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК: | 575 | 22,3 | 16,6 | 91,55 | 643,96 | 0,153 | 4,75 | 56,211 | 228,164 | 104,448 | 3,066 |

дополнительное питание

| | | | | | | | | | | | | |
|-----|-----------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|--------------|----------------|----------------|----------------|--------------|
| 144 | Суп картофельный с бобовыми | 250 | 6,46 | 11,34 | 26,24 | 187,56 | 0,24 | 18,48 | 106,08 | 0 | 0 | 3,06 |
| 494 | Чай сахаром и с лимоном | 200/5 | 0,24 | 0 | 15,16 | 60,48 | 0 | 2,1 | 16,58 | 1,1 | 2,64 | 0,9 |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 141 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 476 | Пирожок с повидлом | 50 | 2,75 | 1,15 | 28,5 | 135,5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | 1140 | 36,31 | 29,57 | 190,97 | 1168,5 | 0,393 | 25,33 | 178,871 | 229,264 | 107,088 | 7,026 |

Неделя: вторая

День: 2 - вторник

ЗАВТРАК

| № рецептуры | Прием пищи Наименование блюда | Масса порции (г) | Питательные вещества | | | Энергетическая ценность | Витамины (мг) | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|-------------|----------------------------------|------------------|----------------------|-------------|--------------|-------------------------|----------------|--------------|---------------------------|---------------|--------------|--------------|
| | | | Б | Ж | У | | В ₁ | С | Са | Р | Mg | Fe |
| 260 | Гуляш | 100 | 9,52 | 20,47 | 3,93 | 263,51 | 0,44 | 1,47 | 12,79 | 93,94 | 13,35 | 0,89 |
| 291 | Макаронные изделия отварные | 190 | 7,16 | 0,85 | 36,78 | 183,54 | 0,076 | 0,019 | 7,22 | 45,22 | 10,26 | 0,988 |
| 493 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15,02 | 58,76 | 0 | 0,1 | 14,58 | 0 | 2,04 | 0,86 |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 141 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК: | 550 | 21,44 | 21,8 | 85,25 | 646,81 | 0,516 | 1,589 | 34,59 | 139,16 | 25,65 | 2,738 |

дополнительное питание

| | | | | | | | | | | | | |
|-----|--|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|---------------|--------------|---------------|--------------|--------------|
| 274 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 250/10 | 6,48 | 7,56 | 24,7 | 154,02 | 0,06 | 23,88 | 60,96 | 48,96 | 24 | 1,32 |
| | Сок | 200 | 0,2 | 0 | 24 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 141 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | 1070 | 32,68 | 29,84 | 163,47 | 1041,83 | 0,576 | 25,469 | 95,55 | 188,12 | 49,65 | 4,058 |

Неделя: вторая

День: 3 - среда

ЗАВТРАК

| № рецептуры | Прием пищи Наименование блюда | Масса порции (г) | Питательные вещества | | | Энергетическая ценность | Витамины (мг) | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|-------------------------------|--------------------------------------|------------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------|----------------|--------------|---------------------------|---------------|---------------|--------------|
| | | | Б | Ж | У | | В ₁ | С | Са | Р | Mg | Fe |
| 130 | Курица тушеная с морковью | 100 | 11,6 | 8,65 | 5,2 | 147,37 | 0,08 | 4,32 | 17,1 | 107,55 | 53,02 | 1,17 |
| 302 | Каша гречневая рассыпчатая | 190 | 5,53 | 9,05 | 43,13 | 288,06 | 0,38 | 0 | 25,897 | 0 | 1,349 | 6,023 |
| 494 | Чай сахаром и с лимоном | 200/5 | 0,24 | 0 | 15,16 | 60,48 | 0 | 2,1 | 16,58 | 1,1 | 2,64 | 0,9 |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 141 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК: | | 555 | 21,93 | 18,18 | 93,01 | 636,91 | 0,46 | 6,42 | 59,577 | 108,65 | 57,009 | 8,093 |
| дополнительное питание | | | | | | | | | | | | |
| 134 | Рассольник ленинградский со сметаной | 250/10 | 2,73 | 12,48 | 32,04 | 223,44 | 0,12 | 20,16 | 42,03 | 58,65 | 24,78 | 1,08 |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 141 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Сок | 200 | 0,2 | 0 | 24 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1075 | 29,42 | 31,14 | 178,57 | 1101,35 | 0,58 | 26,58 | 101,607 | 167,3 | 81,789 | 9,173 |

Неделя: вторая

День: 4 - четверг

ЗАВТРАК

| № рецептуры | Прием пищи Наименование блюда | Масса порции (г) | Питательные вещества | | | Энергетическая ценность | Витамины (мг) | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|-------------------------------|----------------------------------|------------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------|----------------|---------------|---------------------------|----------------|---------------|--------------|
| | | | Б | Ж | У | | В ₁ | С | Са | Р | Mg | Fe |
| 297 | Фрикадельки из кур | 100 | 11,96 | 11,8 | 16,37 | 226,46 | 0 | 0 | 0,99 | 0 | 0,22 | 0 |
| 362 | Пюре картофельное | 180 | 3,92 | 5,9 | 26,19 | 174,08 | 0,198 | 30,762 | 49,698 | 88,218 | 34,974 | 1,422 |
| 377 | Соус красный основной | 30 | 0,34 | 0,58 | 1,79 | 13,83 | 0,009 | 1,32 | 3,381 | 3,306 | 1,62 | 0,102 |
| 493 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15,02 | 58,76 | 0 | 0,1 | 14,58 | 0 | 2,04 | 0,86 |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 141 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК: | | 570 | 20,98 | 18,76 | 88,89 | 614,13 | 0,207 | 32,182 | 68,649 | 91,524 | 38,854 | 2,384 |
| дополнительное питание | | | | | | | | | | | | |
| 154 | Суп крестьянский с крупой | 250 | 5,44 | 6,46 | 22,44 | 145,78 | 0,09 | 24,03 | 48,69 | 81 | 26,25 | 0,9 |
| 493 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15,02 | 58,76 | 0 | 0,1 | 14,58 | 0 | 2,04 | 0,86 |
| 108 | Хлеб пшеничный | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 141 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Свежий фрукт (яблоко) | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 0,3 | 10 | 16 | 11 | 9 | 2,2 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1180 | 31,58 | 26,1 | 165,67 | 1006,67 | 0,597 | 66,312 | 147,919 | 183,524 | 76,144 | 6,344 |

Неделя: вторая

День: 5 - пятница

ЗАВТРАК

| № рецептуры | Прием пищи Наименование блюда | Масса порции (г) | Питательные вещества | | | Энергетическая ценность | Витамины (мг) | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|-------------------------------|---|------------------|----------------------|--------------|----------------|-------------------------|----------------|----------------|---------------------------|-----------------|----------------|---------------|
| | | | Б | Ж | У | | В ₁ | С | Ca | P | Mg | Fe |
| 795 | Котлета мясная | 100 | 11,18 | 20,16 | 8,69 | 301,97 | 0,09 | 1,33 | 11,23 | 126,54 | 63,9 | 1,38 |
| 291 | Макаронные изделия отварные | 180 | 6,79 | 0,81 | 34,85 | 173,88 | 0,072 | 0,018 | 6,84 | 42,84 | 9,72 | 0,936 |
| 377 | Соус красный основной | 30 | 0,34 | 0,58 | 1,79 | 13,83 | 0,009 | 1,32 | 3,381 | 3,306 | 1,62 | 0,102 |
| 494 | Чай сахаром и с лимоном | 200/5 | 0,24 | 0 | 15,16 | 60,48 | 0 | 2,1 | 16,58 | 1,1 | 2,64 | 0,9 |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 141 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК: | 575 | 23,11 | 22,03 | 90,01 | 691,16 | 0,171 | 4,768 | 38,031 | 173,786 | 77,88 | 3,318 |
| дополнительное питание | | | | | | | | | | | | |
| 142 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 250/10 | 2,64 | 7,74 | 20,64 | 127,68 | 0,09 | 36,78 | 64,71 | 46,44 | 21,96 | 0,93 |
| 493 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 15,02 | 58,76 | 0 | 0,1 | 14,58 | 0 | 2,04 | 0,86 |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 141 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 476 | Пирожок с повидлом | 50 | 2,75 | 1,15 | 28,5 | 135,5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | 1145 | 33,26 | 31,4 | 183,69 | 1154,1 | 0,261 | 41,648 | 117,321 | 220,226 | 101,88 | 5,108 |
| | СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ: | 1122 | 32,65 | 29,61 | 176,474 | 1094,49 | 0,4814 | 37,0678 | 128,2536 | 197,6868 | 83,3102 | 6,3418 |

- * Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Москва 2017 г.
- * Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей школьного возраста
- * Сборник рецептов на продукцию общественного питания. В 2 т. Т.1./М.П.Могильный 2016 г.
- * Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений профессионального образования, специализир.учреждений д/несовершеннолетних, нуждающихся в соц.реабилитации
- * Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции для питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах (К ГОСТ 30390-95/ГОСТ) 50763-95
- * Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах , 2004 г.

| | |
|---|--|
| Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор" | |
| ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ | |
| Идентификатор: 0e3cdd21-519a-45ff-b62e-3ae4bd7c5cd9 | |
| ОТПРАВЛЕНО | ООО "ФАБРИКА ПИТАНИЯ", Частикова Светлана Васильевна, ДИРЕКТОР |
| УТВЕРЖДЕНО | КИРОВСКОЕ ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ШКОЛА ПГТ НИЖНЕИВКИНО КУМЕНСКОГО РАЙОНА", Чеснокова Ирина Михайловна, Директор |
| | 01.09.23 08:47 (MSK) Сертификат 015B95A700EEAEEDA249053FF6BBF5A668 |
| | 04.09.23 09:25 (MSK) Сертификат 00F7A66CFD075CE41F633A720C44D1048D |