

СОГЛАСОВАНО:



И.О.С.Ш.18
(наименование общеобразовательного учреждения)

(Ф.И.О. руководителя учреждения)

Мелев А.В. Мелев
« 1 » 23 2024

УТВЕРЖДАЮ:

ООО «Мастер Провиант»
(наименование учреждения)

Пешков В.В.

(Ф.И.О. руководителя учреждения)

« » 2024



Меню приготавливаемых блюд

двухнедельных завтраков и обедов для питания

- 1) детей участника специальной военной операции, обучающихся по образовательным программам начального общего образования;
 - 2) учащихся муниципальных общеобразовательных организаций (за исключением обучающихся по образовательным программам начального общего образования, учащихся, находящихся на полном государственном обеспечении), оба родителя или один из родителей которых являлись военнослужащими, лицами, проходящими службу в войсках национальной гвардии Российской Федерации и имеющими специальное звание полиции, и погибли при выполнении задач в ходе специальной военной операции на территориях Украины, Донецкой Народной Республики, Луганской Народной Республики, Запорожской и Херсонской областей;
- детей участника специальной военной операции, обучающихся по образовательным программам основного общего и среднего общего образования

1 неделя 1 день (понедельник)

Завтрак (1н1д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
9	Бутерброд с колбасой в/к	20/15	3,32	2,49	12,34	85,05	2,7505			0,34	26,3	299,5	31,1	2,58
50	Макароны запеченые с сыром 200	200	9,7	4,903	45,026	263,03	0,37854		0,00026		0,09968	0,00758	0,0102	0,00037
1	Чай с сахаром	200			11,998	47,99					0,015			0,00075

1 неделя 1 день (понедельник)

Обед (1н1д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
28	Каша гречневая 150	150	5,647	2,923	35,977	192,805	0,35618	3,456	76,03226		300,432	597,07208	296,744	3,09512
72	Компот из сухофруктов	200	0,024		16,157	64,724				0,4896			0,1568	0,00096
251	Салат "Зимний"	60	0,936	4,088	5,040	60,692	0,0744	11,52	223,266	0,085	24,56	43,72	19,44	0,453
204	Суп гороховый с зеленью 250	250	7,308	6,071	23,464	177,726	0,13701	17,9	201,56845	0,2401	30,74798	63,5233	25,3193	0,73126
138	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронуентами	33	3,521	1,495	15,688	90,291								
141	Цыплята тушеные в соусе с овощами 60/50	110	15,43	5,3	3,666	124,082	0,8575	7,322	185,212	0,0368	66,64	1 366,88	171,77	6,712

1 неделя 2 день (вторник)

Завтрак (1н2д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
237	Бутерброд с джемом	35	1,820	0,240	20,890	93,000	2,2	6		0,34	7,1	15,4	4,7	0,315
32	Каша молочная геркулесовая с маслом и сахаром 200	200	6,244	7,713	34,545	232,572	0,17425	1,274	21,56065	0,206	131,88368	198,9077	51,0022	1,25949

1 неделя 4 день (четверг)

Завтрак (1н4д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
			1,638	0,216	10,026	48,600	1,98			0,306	3,42	11,7	2,34	0,216
149	Батон нарезной с йодказеином	18												
63	Каша пшеничная с маслом и сахаром	150	8,685	6,835	41,281	261,380	0,07553	1,144	19,38065	0,0956	106,98	117,2002	29,06	0,3276
1	Чай с сахаром	200			11,998	47,990					0,015			0,00075

1 неделя 4 день (четверг)

Обед (1н4д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
24	Картофельное пюре 150	150	3,827	2,178	15,985	98,849	0,15282	24,286	8,44026	0,142	38,49968	89,40758	30,6902	1,10237
178	Винегрет 60	60	0,969	10,097	5,246	115,733	0,07248	10,862	243,976	0,0852	25,83368	45,6375	20,0922	0,49329
98	Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью 250	250	2,882	6,195	16,866	135,143	0,12508	20,205	214,02	0,2404	38,43368	101,0375	37,5522	1,51339
151	Рыба запеченая с овощами 100	100	14,062	4,777	3,513	113,294	0,34464	2,37	158,0168	0,01242	427,89088	1 557,4207	473,2106	3,30817
138	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронуентами	33	3,521	1,495	15,688	90,291								
1	Чай с сахаром	200			11,998	47,990					0,015			0,00075

1 неделя 5 день (пятница)

Завтрак (1н5д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
			1,638	0,216	10,026	48,600	1,98			0,306	3,42	11,7	2,34	0,216
149	Батон нарезной с йодказеином	18												
40	Каша молочная рисовая с маслом и сахаром	150	5,002	5,838	40,177	233,253	0,11415	1,027	17,38065	0,079	129,61448	206,5892	40,6007	1,04375
1	Чай с сахаром	200			11,998	47,990					0,015			0,00075

1 неделя 5 день (пятница)

Обед (1н5д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe

2	Борщ со сметаной и зеленью 200	200	1,546	7,048	10,423	111,312	0,0823	23,518	16,186	0,0852	51,63368	70,0275	31,2122	1,30539
196	Котлеты рубленые бройлеров-цыплят с соусом 90	90	12,582	6,018	12,456	154,319	1,1069	12,164	29,98427	0,16101	52,47811	131,25908	31,39391	1,92239
52	Макароны отварные 150	150	6,928	2,423	39,576	207,821	0,32385		0,00026		0,10704	0,02258	0,0146	0,00095
58	Напиток из яблок 200	200	0,081	0,039	23,824	95,971	0,009	3	0,015	0,06	4,8	3,3	2,7	0,66
138	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33	3,521	1,495	15,688	90,291								

2 неделя 1 день (понедельник)

Завтрак (2н1д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен. ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
149	Батон нарезной с йодказеином	18	1,638	0,216	10,026	48,600	1,98			0,306	3,42	11,7	2,34	0,216
34	Каша молочная геркулесовая с маслом и сахаром	150/5/10	4,726	6,817	28,888	195,807	0,13385	0,936	15,84065	0,156	97,56368	150,9077	39,0822	0,97549
142	Чай с лимоном и сахаром	200	0,044	0,012	15,370	61,763	0,0016	1,6	0,08	0,008	1,615	0,88	0,48	0,02475

2 неделя 1 день (понедельник)

Обед (2н1д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен. ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
149	Батон нарезной с йодказеином	18	1,638	0,216	10,026	48,600	1,98			0,306	3,42	11,7	2,34	0,216
29	Каша гречневая 180	180	6,008	3,815	38,226	211,275	0,37845	3,672	80,78439		319,251	634,38912	315,294	3,2886
129	Суп с макаронными изделиями 250	250	4,136	5,401	22,997	157,139	0,14627	17,9	201,5875	0,3926	35,61118	81,3025	28,9297	1,07457
138	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33	3,521	1,495	15,688	90,291								
141	Цыплята тушеные в соусе с овощами 60/50	110	15,430	5,300	3,666	124,082	0,8575	7,322	185,212	0,0368	66,64	1 366,88	171,77	6,712
142	Чай с лимоном и сахаром	200	0,044	0,012	15,370	61,763	0,0016	1,6	0,08	0,008	1,615	0,88	0,48	0,02475

2 неделя 2 день (вторник)

Завтрак (2н2д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен. ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
149	Батон нарезной с йодказеином	18	1,638	0,216	10,026	48,600	1,98			0,306	3,42	11,7	2,34	0,216

180	Жаркое по домашнему 185	185	11,864	27,654	13,233	349,278	6,0447	39,26	291,516	0,135	92,71	1 651,29	218,33	8,946
58	Напиток из яблок 200	200	0,081	0,039	23,824	95,971	0,009	3	0,015	0,06	4,8	3,3	2,7	0,66
233	Суп рисовый 250/1	250/1	3,268	4,211	19,422	128,656	0,2009	33,032	253,27427	0,14381	54,59611	134,56658	52,33641	2,06649
138	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33	3,521	1,495	15,688	90,291								

СОГЛАСОВАНО:

МБОУ СОШ № 18

(наименование общеобразовательного учреждения)

(Ф.И.О. руководителя учреждения)

Мерзляков

« 7 » 2024



УТВЕРЖДАЮ:

ООО «Мастер Провиант»

(наименование учреждения)

Пешков В.В.

(Ф.И.О. руководителя учреждения)

« _____ » 2024



**Меню приготавливаемых блюд
двухнедельное завтраков и обедов для питания обучающихся
по образовательным программам начального общего образования с ограниченными возможностями здоровья и дети-инвалиды**

1 неделя 1 день (понедельник)

Завтрак (1н1д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
9	Бутерброд с колбасой в/к	20/15	3,32	2,49	12,34	85,05	2,7505			0,34	26,3	299,5	31,1	2,58
50	Макароны запеченные с сыром 200	200	9,7	4,903	45,026	263,03	0,37854		0,00026		0,09968	0,00758	0,0102	0,00037
1	Чай с сахаром	200			11,998	47,99					0,015			0,00075
174	Яблоки 100	100	0,284	0,137	13,398	55,955	0,0315	10,5	0,0525	0,21	16,8	11,55	9,45	2,31
	Итого	535	13,304	7,53	82,762	452,025								

1 неделя 1 день (понедельник)

Обед (1н1д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
28	Каша гречневая 150	150	5,647	2,923	35,977	192,805	0,35618	3,456	76,03226		300,432	597,07208	296,744	3,09512
72	Компот из сухофруктов	200	0,024		16,157	64,724					0,4896		0,1568	0,00096
251	Салат "Зимний"	60	0,936	4,088	5,040	60,692	0,0744	11,52	223,266	0,085	24,56	43,72	19,44	0,453
204	Суп гороховый с зеленью 250	250	7,308	6,071	23,464	177,728	0,13701	17,9	201,56845	0,2401	30,74798	63,5233	25,3193	0,73126
138	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33	3,521	1,495	15,888	90,291								
141	Цыплята тушеные в соусе с овощами 60/50	110	15,43	5,3	3,666	124,082	0,8575	7,322	185,212	0,0368	66,64	1 366,88	171,77	6,712
	Итого	743	32,866	19,877	99,992	710,32								
	Всего за день	1278	46,17	27,407	182,754	1162,345								

1 неделя 2 день (вторник)

Завтрак (1н2д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe

237	Бутерброд с джемом	35	1,82	0,24	20,89	93	2,2	6		0,34	7,1	15,4	4,7	0,315
32	Каша молочная геркулесовая с маслом и сахаром 200	200	6,244	7,713	34,545	232,572	0,17425	1,274	21,56065	0,206	131,88368	198,9077	51,0022	1,25949
1	Чай с сахаром	200			11,998	47,99					0,015			0,00075
175	Яблоки 140	140	0,378	0,182	17,864	74,606	0,042	14	0,07	0,28	22,4	15,4	12,6	3,08
	Итого	575	8,442	8,135	85,297	448,168								

1 неделя 2 день (вторник)

Обед (1н2д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
244	Котлеты особые (свинина) том соусом	90	8,738	21,32	12,043	275,006	5,31961	9,554	81,7624	0,19001	50,66611	1 133,45912	133,76791	5,73043
52	Макароны отварные 150	150	6,928	2,423	39,576	207,821	0,32385		0,00026		0,10704	0,02258	0,0146	0,00095
58	Напиток из яблоч 200	200	0,081	0,039	23,824	95,971	0,009	3	0,015	0,06	4,8	3,3	2,7	0,66
250	Салат с морской капустой	60	0,980	8,137	5,571	99,436	0,042	5,7	241,095	0,2025	11,64368	28,7775	35,5822	2,70029
138	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутентами	33	3,521	1,495	15,688	90,291								
145	Щи из свежей капусты со сметаной и зеленью 250	250	2,421	7,187	16,274	139,463	0,1193	45,01	214,22	0,254	107,80736	93,415	49,1044	2,00958
	Итого	783	22,669	40,601	112,976	907,988								
	Всего за день	1358	31,111	48,736	198,273	1356,156								

1 неделя 3 день (среда)

Завтрак (1н3д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
227	Каша молочная кукурузная 200	200	5,731	6,276	41,82	246,681	1,73819	0,975	16,78289	0,075	105,69968	216,6917	62,2662	4,17469
82	Печенье 30	30	2,861	4,883	22,445	145,171	0,51232			25,6	89,2416	654,4736	227,3344	7,31904
142	Чай с лимоном и сахаром	200	0,044	0,012	15,37	61,763	0,0016	1,6	0,08	0,008	1,615	0,88	0,48	0,02475
174	Яблоки 100	100	0,284	0,137	13,398	55,955	0,0315	10,5	0,0525	0,21	16,8	11,55	9,45	2,31
	Итого	530	8,92	11,308	93,033	509,57								

1 неделя 3 день (среда)

Обед (1н3д)

	Всего за день	1328	27,832	35,641	170,23	1161,602								
--	---------------	------	--------	--------	--------	----------	--	--	--	--	--	--	--	--

1 неделя 5 день (пятница)

Завтрак (1н5д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен. ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
10	Бутерброд с маслом	25	1,863	4,296	11,143	90,682	2,20005		0,00065	0,34	4,04	13,0002	2,62	0,2402
60	Каша молочная рисовая с маслом и сахаром 180	180	6,063	6,22	46,589	266,589	0,13845	1,248	21,12065	0,096	157,34768	250,6277	49,2422	1,26529
1	Чай с сахаром	200			11,998	47,99					0,015			0,00075
174	Яблоки 100	100	0,284	0,137	13,398	55,955	0,0315	10,5	0,0525	0,21	16,8	11,55	9,45	2,31
	Итого	505	8,21	10,653	83,128	461,216								

1 неделя 5 день (пятница)

Обед (1н5д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен. ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
149	Батон нарезной с йодказеином	18	1,638	0,216	10,026	48,6	1,98			0,306	3,42	11,7	2,34	0,216
245	Биточки рубленые из птицы с соусом	90	1,899	3,533	12,306	88,617	1,1553	10,73	67,82	0,182	31,11368	49,1575	19,3422	0,88529
3	Борщ со сметаной и зеленью 250	250	1,857	7,074	12,081	119,42	0,09998	28,59	16,59	0,0964	59,83368	82,5875	36,8122	1,47139
52	Макароны отварные 150	150	6,928	2,423	39,576	207,821	0,32385		0,00026		0,10704	0,02258	0,0146	0,00095
58	Напиток из яблок 200	200	0,081	0,039	23,824	95,971	0,009	3	0,015	0,06	4,8	3,3	2,7	0,66
251	Салат "Зимний"	60	0,936	4,088	5,040	60,692	0,0744	11,52	223,266	0,085	24,56	43,72	19,44	0,453
138	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33	3,521	1,495	15,688	90,291								
	Итого	741	16,86	18,868	118,541	711,412								
	Всего за день	1246	25,07	29,521	201,669	1172,628								

2 неделя 1 день (понедельник)

Завтрак (2н1д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен. ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
237	Бутерброд с джемом	35	1,82	0,24	20,89	93	2,2	6		0,34	7,1	15,4	4,7	0,315

32	Каша молочная геркулесовая с маслом и сахаром 200	200	6,244	7,713	34,545	232,572	0,17425	1,274	21,56065	0,206	131,88368	198,9077	51,0022	1,25949
142	Чай с лимоном и сахаром	200	0,044	0,012	15,37	61,763	0,0016	1,6	0,08	0,008	1,615	0,88	0,48	0,02475
175	Яблоки 140	140	0,378	0,182	17,864	74,606	0,042	14	0,07	0,28	22,4	15,4	12,6	3,08
	Итого	575	8,486	8,147	88,669	461,941								

2 неделя 1 день (понедельник)

Обед (2н1д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
149	Батон нарезной с йодказеином	18	1,638	0,216	10,026	48,6	1,98			0,306	3,42	11,7	2,34	0,216
28	Каша гречневая 150	150	5,647	2,923	35,977	192,805	0,35618	3,456	76,03226		300,432	597,07208	296,744	3,09512
72	Компот из сухофруктов	200	0,024		16,157	64,724					0,4896		0,1568	0,00096
250	Салат с морской капустой	60	0,980	8,137	5,571	99,436	0,042	5,7	241,095	0,2025	11,64368	28,7775	35,5822	2,70029
129	Суп с макаронными изделиями 250	250	4,136	5,401	22,997	157,139	0,14627	17,9	201,5875	0,3926	35,61118	81,3025	28,9297	1,07457
138	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутентами	33	3,521	1,495	15,688	90,291								
141	Цыплята тушеные в соусе с овощами 60/50	110	15,43	5,3	3,666	124,082	0,8575	7,322	185,212	0,0368	66,64	1 366,88	171,77	6,712
	Итого	821	31,376	23,472	110,082	777,077								
	Всего за день	1396	39,862	31,619	198,751	1239,018								

2 неделя 2 день (вторник)

Завтрак (2н2д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
10	Бутерброд с маслом	25	1,863	4,296	11,143	90,682	2,20005		0,00065	0,34	4,04	13,0002	2,62	0,2402
37	Каша молочная манная с маслом и сахаром 180	180	8,84	7,498	38,025	254,941	0,06365	2,067	34,98065	0,159	191,04368	143,1077	22,2822	0,15949
1	Чай с сахаром	200			11,998	47,99					0,015			0,00075
174	Яблоки 100	100	0,284	0,137	13,398	55,955	0,0315	10,5	0,0525	0,21	16,8	11,55	9,48	2,31
	Итого	505	10,987	11,931	74,564	449,568								

2 неделя 2 день (вторник)

Обед (2н2д)

Итого	723	16,659	33,326	77,605	676,980								
Всего за день	1226	28,917	41,062	160,156	1125,828								

2 неделя 4 день (четверг)

Завтрак (2н4д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
9	Бутерброд с колбасой в/к	35	3,32	2,49	12,34	85,05	2,7505			0,34	26,3	299,5	31,1	2,58
32	Каша молочная геркулесовая с маслом и сахаром 200	200	6,244	7,713	34,545	232,572	0,17425	1,274	21,56065	0,206	131,88368	198,9077	51,0022	1,25949
216	Омлет натуральный с маслом 75	75	6,941	8,376	1,274	108,242	0,00764	0,247	4,18052	0,019	22,99568	17,10766	2,6782	0,01945
142	Чай с лимоном и сахаром	200	0,044	0,012	15,37	61,763	0,0016	1,6	0,08	0,008	1,615	0,88	0,48	0,02475
	Итого	510	16,549	18,591	63,529	487,627								

2 неделя 4 день (четверг)

Обед (2н4д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
72	Компот из сухофруктов	200	0,024		16,157	84,724					0,4896		0,1568	0,00096
148	Котлеты натуральные из филе птицы с соусом	90	13,719	11,447	10,643	200,472	0,05835	4,54014	90,34545	0,31717	15,85803	109,5846	54,7289	0,45046
52	Макароны отварные 150	150	6,928	2,423	39,576	207,821	0,32385		0,00026		0,10704	0,02258	0,0146	0,00095
226	Салат из свеклы с зел горошком 60	60	1,213	5,124	6,476	76,869	0,0274	3,74	5,2	0,04	11,20368	28,9675	15,4822	0,53629
204	Суп гороховый с зеленью 250	250	7,308	6,071	23,464	177,726	0,13701	17,9	201,56845	0,2401	30,74798	63,5233	25,3193	0,73126
138	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33	3,521	1,495	15,688	90,291								
	Итого	783	32,713	26,56	112,004	817,903								
	Всего за день	1293	49,262	45,151	175,533	1305,53								

2 неделя 5 день (пятница)

Завтрак (2н5д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
12	Бутерброд с сыром	28	3,962	3,184	10,305	85,724	1,9949			0,306	3,42	11,7	2,34	0,216

СОГЛАСОВАНО:

МБОУСШ № 8
(наименование общеобразовательного учреждения)

(Ф.И.О. руководителя учреждения)

Мерков А.В. Мерков
« 1 » 03 2024

УТВЕРЖДАЮ:

ООО «Мастер Провиант»
(наименование учреждения)

Пешков В.В.

(Ф.И.О. руководителя учреждения)

« » 2024

Меню приготавливаемых блюд

двухнедельных завтраков и обедов для питания обучающихся

с ограниченными возможностями здоровья и дети-инвалиды муниципальных общеобразовательных организаций (за исключением обучающихся по образовательным программам начального общего образования, учащихся, находящихся на полном государственном обеспечении)

1 неделя 1 день (понедельник)

Завтрак (1н1д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
9	Бутерброд с колбасой в/к	20/15	3,32	2,49	12,34	85,05	2,7505			0,34	26,3	299,5	31,1	2,58
50	Макароны запеченные с сыром 200	200	9,7	4,903	45,026	263,03	0,37854		0,00026		0,09968	0,00758	0,0102	0,00037
1	Чай с сахаром	200			11,998	47,99					0,015			0,00075
174	Яблоки 100	100	0,284	0,137	13,398	55,955	0,0315	10,5	0,0525	0,21	16,8	11,55	9,45	2,31
	Итого	515	13,304	7,53	82,762	452,025								

1 неделя 1 день (понедельник)

Обед (1н1д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
29	Каша гречневая 180	180	6,008	3,815	38,226	211,275	0,37845	3,872	80,78439		319,251	634,38912	315,294	3,2886
72	Компот из сухофруктов	200	0,024		16,157	64,724					0,4898		0,1568	0,00098
251	Салат "Зимний"	60	0,936	4,088	5,040	60,692	0,0744	11,52	223,266	0,085	24,56	43,72	19,44	0,453
204	Суп гороховый с зеленью 250	250	7,308	6,071	23,464	177,726	0,13701	17,9	201,56845	0,2401	30,74798	63,5233	25,3193	0,73126
138	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33	3,521	1,495	15,688	90,291								
141	Цыплята тушеные в соусе с овощами 60/50	110	15,43	5,3	3,666	124,082	0,8575	7,322	185,212	0,0368	66,64	1 366,88	171,77	6,712
	Итого	773	33,227	20,769	102,241	728,79								
	Всего за день	1288	46,531	28,299	185,003	1180,815								

1 неделя 2 день (вторник)

Завтрак (1н2д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
237	Бутерброд с джемом	35	1,82	0,24	20,89	93	2,2	6		0,34	7,1	15,4	4,7	0,315

32	Каша молочная геркулесовая с маслом и сахаром 200	200	6,244	7,713	34,545	232,572	0,17425	1,274	21,56065	0,206	131,88368	198,9077	51,0022	1,25949
1	Чай с сахаром	200			11,998	47,99					0,015			0,00075
175	Яблоки 140	140	0,378	0,182	17,864	74,606	0,042	14	0,07	0,28	22,4	15,4	12,6	3,08
	Итого	575	8,442	8,135	85,297	448,168								

1 неделя 2 день (вторник)

Обед (1н2д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
244	Котлеты особые (свинина) том соусом	90	8,738	21,32	12,043	275,006	5,31961	9,554	81,7624	0,19001	50,66611	1 133,45912	133,76791	5,73043
53	Макароны отварные 180	180	7,971	2,543	45,55	236,975	0,37273		0,00026		0,10704	0,02258	0,0146	0,00095
58	Напиток из яблок 200	200	0,081	0,039	23,824	95,971	0,009	3	0,015	0,06	4,8	3,3	2,7	0,66
250	Салат с морской капустой	60	0,980	8,137	5,571	99,436	0,042	5,7	241,095	0,2025	11,64368	28,7775	35,5822	2,70029
138	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутентами	33	3,521	1,495	15,688	90,291								
145	Щи из свежей капусты со сметаной и зеленью 250	250	2,421	7,187	16,274	139,463	0,1193	45,01	214,22	0,254	107,80736	93,415	49,1044	2,00958
	Итого	813	23,712	40,721	118,950	937,142								
	Всего за день	1388	32,154	48,856	204,247	1385,31	0	0	0	0	0	0	0	0

1 неделя 3 день (среда)

Завтрак (1н3д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
227	Каша молочная кукурузная 200	200	5,731	6,276	41,82	246,681	1,73819	0,975	16,78289	0,075	105,69968	216,6917	62,2662	4,17469
82	Печенье 30	30	2,861	4,883	22,445	145,171	0,51232			25,6	89,2416	654,4736	227,3344	7,31904
142	Чай с лимоном и сахаром	200	0,044	0,012	15,37	61,763	0,0016	1,6	0,08	0,008	1,615	0,88	0,48	0,02475
174	Яблоки 100	100	0,284	0,137	13,398	55,955	0,0315	10,5	0,0525	0,21	16,8	11,55	9,45	2,31
	Итого	530	8,92	11,308	93,033	509,57								

1 неделя 3 день (среда)

Обед (1н3д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe

1 неделя 5 день (пятница)

Завтрак (1н5д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
10	Бутерброд с маслом	25	1,863	4,296	11,143	90,682	2,20005		0,00065	0,34	4,04	13,0002	2,62	0,2402
61	Каша молочная рисовая с маслом и сахаром 200	200	6,782	6,471	51,115	289,826	0,15535	1,391	23,54065	0,107	175,78568	281,0552	55,2547	1,42239
1	Чай с сахаром	200			11,998	47,99					0,015			0,00075
174	Яблоки 100	100	0,284	0,137	13,398	55,955	0,0315	10,5	0,0525	0,21	16,8	11,55	9,45	2,31
	Итого	525	8,929	10,904	87,654	484,453								

1 неделя 5 день (пятница)

Обед (1н5д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
245	Биточки рубленые из птицы с соусом	90	1,899	3,533	12,306	88,617	1,1553	10,73	67,82	0,182	31,11368	49,1575	19,3422	0,88529
3	Борщ со сметаной и зеленью 250	250	1,857	7,074	12,081	119,42	0,09998	28,59	16,59	0,0964	59,83368	82,5875	36,6122	1,47139
53	Макароны отварные 180	180	7,971	2,543	45,55	236,975	0,37273		0,00026		0,10704	0,02258	0,0146	0,00095
58	Напиток из яблок 200	200	0,081	0,039	23,824	95,971	0,009	3	0,015	0,06	4,8	3,3	2,7	0,66
251	Салат "Зимний"	60	0,936	4,088	5,040	60,692	0,0744	11,52	223,266	0,085	24,56	43,72	19,44	0,453
138	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33	3,521	1,495	15,688	90,291								
	Итого	753	16,265	18,772	114,489	691,966								
	Всего за день	1278	25,194	29,676	202,143	1176,419								

2 неделя 1 день (понедельник)

Завтрак (2н1д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
237	Бутерброд с джемом	35	1,82	0,24	20,89	93	2,2	6		0,34	7,1	15,4	4,7	0,315
32	Каша молочная геркулесовая с маслом и сахаром 200	200	6,244	7,713	34,545	232,572	0,17425	1,274	21,56065	0,206	131,88368	198,9077	51,0022	1,25949
142	Чай с лимоном и сахаром	200	0,044	0,012	15,37	61,763	0,0016	1,6	0,08	0,008	1,615	0,88	0,48	0,02475
175	Яблоки 140	140	0,378	0,182	17,864	74,606	0,042	14	0,07	0,28	22,4	15,4	12,6	3,08

Итого	575	8,486	8,147	88,669	461,941								
-------	-----	-------	-------	--------	---------	--	--	--	--	--	--	--	--

2 неделя 1 день (понедельник)

Обед (2н1д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
29	Каша гречневая 180	180	6,008	3,815	38,226	211,275	0,37845	3,672	80,78439		319,251	634,38912	315,294	3,2886
72	Компот из сухофруктов	200	0,024		16,157	64,724				0,4896			0,1568	0,00096
250	Салат с морской капустой	60	0,980	8,137	5,571	99,436	0,042	5,7	241,095	0,2025	11,64368	28,7775	35,5822	2,70029
129	Суп с макаронными изделиями 250	250	4,136	5,401	22,997	157,139	0,14627	17,9	201,5875	0,3926	35,61118	81,3025	28,9297	1,07457
138	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33	3,521	1,495	15,688	90,291								
141	Цыпленок тушеный в соусе с овощами 60/50	110	15,43	5,3	3,666	124,082	0,8575	7,322	185,212	0,0368	66,64	1 366,88	171,77	6,712
	Итого	833	30,099	24,148	102,305	746,947								
	Всего за день	1408	38,585	32,295	190,974	1208,888								

2 неделя 2 день (вторник)

Завтрак (2н2д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
10	Бутерброд с маслом	25	1,863	4,296	11,143	90,682	2,20005		0,00065	0,34	4,04	13,0002	2,62	0,2402
37	Каша молочная манная с маслом и сахаром 180	180	8,84	7,498	38,025	254,941	0,06365	2,067	34,98065	0,159	191,04368	143,1077	22,2822	0,15949
1	Чай с сахаром	200			11,998	47,99					0,015			0,00075
174	Яблоки 100	100	0,284	0,137	13,398	55,955	0,0315	10,5	0,0525	0,21	16,8	11,55	9,45	2,31
	Итого	505	10,987	11,931	74,564	449,568								

2 неделя 2 день (вторник)

Обед (2н2д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
235	Винегрет 100	100	2,027	8,188	9,89	121,361	0,13938	20,782	252	0,1382	47,80368	85,8475	36,3522	0,92629
214	Гуляш 50/50	100	22,5	12,8	8,1	237,6	5,70672	11,57	23,4094	0,00021	50,89228	1 510,3391	173,7364	7,32123
58	Напиток из яблок 200	200	0,081	0,039	23,824	95,971	0,009	3	0,015	0,06	4,8	3,3	2,7	0,66

101	Рис отварной 180	180	4,56	6,905	50,373	281,874	0,15758		0,00104		66,38648	258,65432	56,3877	1,84147
138	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутентами	33	3,521	1,495	15,688	90,291								
145	Щи из свежей капусты со сметаной и зеленью 250	250	2,421	7,187	16,274	139,463	0,1193	45,01	214,22	0,254	107,80736	93,415	49,1044	2,00958
	Итого	863	35,11	36,614	124,149	966,56								
	Всего за день	1368	46,097	48,545	198,713	1416,128								

2 неделя 3 день (среда)

Завтрак (2н3д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
149	Батон нарезной с йодказеином	18	1,638	0,216	10,026	48,6	1,98			0,306	3,42	11,7	2,34	0,216
64	Каша пшениная с маслом и сахаром 180	180	10,336	7,383	47,129	296,303	0,09015	1,378	23,32065	0,115	128,79	140,4002	34,66	0,3897
1	Чай с сахаром	200			11,998	47,99					0,015			0,00075
174	Яблоки 105	105	0,284	0,137	13,398	55,955	0,0315	10,5	0,0525	0,21	16,8	11,55	9,45	2,31
	Итого	503	12,258	7,736	82,551	448,848								

2 неделя 3 день (среда)

Обед (2н3д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
26	Картофельное пюре 180	180	3,973	7,159	15,779	143,442	0,15048	23,564	9,64104	0,144	45,6024	92,51782	30,643	1,07377
72	Компот из сухофруктов	200	0,024		16,157	64,724					0,4896		0,1568	0,00096
98	Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью 250	250	2,882	6,195	16,966	135,143	0,12508	20,205	214,02	0,2404	38,43368	101,0375	37,5522	1,51339
251	Салат "Зимний"	60	0,936	4,088	5,040	60,692	0,0744	11,52	223,266	0,085	24,56	43,72	19,44	0,453
153	Тефтели из свинины с томатным соусом 60/30	90	5,761	15,328	9,383	198,522	3,04494	14,53	74,62252	0,012	56,29976	840,58716	107,6384	4,33762
138	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутентами	33	3,521	1,495	15,688	90,291								
	Итого	753	17,097	34,265	79,013	692,814								
	Всего за день	1256	29,355	42,001	161,564	1141,662								

2 неделя 4 день (четверг)

Завтрак (2н4д)

СОГЛАСОВАНО:

МБОУ СОШ № 8

(наименование общеобразовательного учреждения)

(Ф.И.О. руководителя учреждения)

Меню № 1 В. В. Пешков

« 1 » 2024



УТВЕРЖДАЮ:

ООО «Мастер Провиант»

(наименование учреждения)

Пешков В.В.

(Ф.И.О. руководителя учреждения)

« » 2024



**Меню приготавливаемых блюд
двухнедельное завтраков для питания обучающихся
по образовательным программам начального общего образования в муниципальных общеобразовательных организациях (за исключением учащихся,
находящихся на полном государственном обеспечении, обучающихся на дому или с использованием дистанционных образовательных технологий)**

1 неделя 1 день (понедельник)

Завтрак (1н1д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
28	Каша гречневая 150	150	5,647	2,923	35,977	192,805	0,35618	3,456	76,03226		300,432	597,07208	296,744	3,09512
251	Салат "Зимний"	60	0,936	4,088	5,040	60,692	0,0744	11,52	223,266	0,085	24,56	43,72	19,44	0,453
138	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33	3,521	1,495	15,688	90,291								
141	Цыплята тушеные в соусе с овощами 60/50	110	15,43	5,3	3,666	124,082	0,8575	7,322	185,212	0,0368	66,64	1 366,88	171,77	6,712
1	Чай с сахаром	200			11,998	47,99					0,015			0,00075
	Итого	553	25,534	13,806	72,369	515,86								

1 неделя 2 день (вторник)

Завтрак (1н2д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
244	Котлеты особые (свинина) том соусом	90	8,738	21,32	12,043	275,006	5,31961	9,554	81,7624	0,19001	50,66611	1 133,45912	133,76791	5,73043
52	Макаронные изделия отварные 150	150	6,928	2,423	39,576	207,821	0,32385		0,00026		0,10704	0,02258	0,0146	0,00095
250	Салат с морской капустой	60	0,980	8,137	5,571	99,436	0,042	5,7	241,095	0,2025	11,64368	28,7775	35,5822	2,70029
138	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33	3,521	1,495	15,688	90,291								
1	Чай с сахаром	200			11,998	47,99					0,015			0,00075
	Итого	533	20,167	33,375	84,876	720,544								

1 неделя 3 день (среда)

Завтрак (1н3д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
82	Печенье 30	30	2,861	4,883	22,445	145,171	0,51232			25,6	89,2416	654,4736	227,3344	7,31904

152	Плов (свинина) 185	185	10,42	26,866	42,524	453,565	4,28964	13,73	177,351	0,0372	109,80628	1 326,078	181,9167	7,04406
226	Салат из свеклы с зел горошком 60	60	1,213	5,124	6,476	76,869	0,0274	3,74	5,2	0,04	11,20368	28,9675	15,4822	0,53629
138	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33	3,521	1,495	15,688	90,291								
1	Чай с сахаром	200			11,998	47,991					0,015			0,00075
	Итого	508	18,015	38,368	99,131	813,887								

1 неделя 4 день (четверг)

Завтрак (1н4д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
178	Винегрет 60	60	0,969	10,097	5,246	115,733	0,07248	10,862	243,976	0,0852	25,83368	45,6375	20,0922	0,49329
24	Картофельное пюре 150	150	3,535	6,22	14,371	127,608	0,13727	21,686	8,05091	0,129	37,43968	81,86778	27,7202	0,98557
242	Котлеты рыбные с соусом	90	1,903	3,533	12,293	88,577	1,1593	11,42	47,822	0,178	33,14368	51,5075	19,9622	0,89929
138	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33	3,521	1,495	15,688	90,291								
1	Чай с сахаром	200			11,998	47,99					0,015			0,00075
	Итого	533	9,928	21,345	59,596	470,199								

1 неделя 5 день (пятница)

Завтрак (1н5д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
245	Биточки рубленые из птицы с соусом	90	1,899	3,533	12,306	88,617	1,1553	10,73	67,82	0,182	31,11368	49,1575	19,3422	0,88529
52	Макаронь отварные 150	150	6,928	2,423	39,576	207,821	0,32385		0,00026		0,10704	0,02258	0,0146	0,00095
251	Салат "Зимний"	60	0,936	4,088	5,040	60,692	0,0744	11,52	223,266	0,085	24,56	43,72	19,44	0,453
138	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33	3,521	1,495	15,688	90,291								
142	Чай с лимоном и сахаром	200	0,044	0,012	15,37	61,763	0,0016	1,6	0,08	0,008	1,615	0,88	0,48	0,02475
	Итого	533	13,328	11,551	87,98	509,184								

2 неделя 1 день (понедельник)

Завтрак (2н1д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
-----------	-----------------------	----------	----------	---------	-------------	----------------	----------	--	--	--	----------------------	--	--	--

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
28	Каша гречневая 150	150	5,647	2,923	35,977	192,805	0,35618	3,456	76,03226		300,432	597,07208	296,744	3,09512
250	Салат с морской капустой	60	0,980	8,137	5,571	99,436	0,042	5,7	241,095	0,2025	11,64368	28,7775	35,5822	2,70029
138	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутентами	33	3,521	1,495	15,688	90,291								
141	Цыплята тушеные в соусе с овощами 60/50	110	15,43	5,3	3,666	124,082	0,8575	7,322	185,212	0,0368	66,64	1 366,88	171,77	6,712
1	Чай с сахаром	200			11,998	47,99					0,015			0,00075
	Итого	553	25,578	17,855	72,9	554,604								

2 неделя 2 день (вторник)

Завтрак (2н2д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
178	Винегрет 60	60	0,969	10,097	5,246	115,733	0,07248	10,862	243,976	0,0852	25,83368	45,6375	20,0922	0,49329
214	Гуляш 50/50	100	22,5	12,8	8,1	237,6	5,70672	11,57	23,4094	0,00021	50,89228	1 510,3391	173,7364	7,32123
100	Рис отварной 150	150	3,725	1,965	41,575	198,888	0,13002		0,00026		54,57488	213,49358	46,5242	1,51981
138	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутентами	33	3,521	1,495	15,688	90,291								
1	Чай с сахаром	200			11,998	47,99					0,015			0,00075
	Итого	543	30,715	26,357	82,607	690,502								

2 неделя 3 день (среда)

Завтрак (2н3д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
24	Картофельное пюре 150	150	3,535	6,22	14,371	127,608	0,13727	21,686	8,05091	0,129	37,43968	81,86778	27,7202	0,98557
251	Салат "Зимний"	60	0,936	4,088	5,040	60,692	0,0744	11,52	223,266	0,085	24,56	43,72	19,44	0,453
153	Тефтели из свинины с томатным соусом 60/30	90	5,761	15,328	9,383	198,522	3,04494	14,53	74,62252	0,012	56,29976	840,58716	107,6384	4,33762
138	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутентами	33	3,521	1,495	15,688	90,291								
1	Чай с сахаром	200			11,998	47,99					0,015			0,00075
	Итого	533	13,753	27,131	56,480	525,103								

2 неделя 4 день (четверг)

СОГЛАСОВАНО:

МБОУ СОШ № 8

(наименование общеобразовательного учреждения)

(Ф.И.О. руководителя учреждения)

Медведев В.В.

« 7 » 03 2024

УТВЕРЖДАЮ:

ООО «Мастер Провиант»

(наименование учреждения)

Пешков В.В.

(Ф.И.О. руководителя учреждения)

« _____ » 2024

**Меню приготавливаемых блюд
двухнедельных обедов для питания учащихся**

муниципальных общеобразовательных организаций (за исключением обучающихся по образовательным программам начального общего образования, учащихся, находящихся на полном государственном обеспечении, учащихся, оба родителя или один из родителей которых являлись военнослужащими, лицами, проходящими службу в войсках национальной гвардии Российской Федерации и имеющими специальное звание полиции, и погибли при выполнении задач в ходе специальной военной операции на территориях Украины, Донецкой Народной Республики, Луганской Народной Республики, Запорожской и Херсонской областей), из малоимущих семей, посещающих группы продленного дня, из семей опекуна (попечителя), приемных семей и из многодетных семей

1 неделя 1 день (понедельник)

Обед (1н1д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
28	Каша гречневая 150	150	5,647	2,923	35,977	192,805	0,35618	3,456	76,03226		300,432	597,07208	296,744	3,09512
212	Суп гороховый с зеленью 200	200	5,909	3,916	18,027	130,983	0,08102	9,3	160,83566	0,19021	16,35228	34,0191	14,0564	0,39723
138	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33	3,521	1,495	15,688	90,291								
141	Цыплята тушеные в соусе с овощами 60/50	110	15,43	5,3	3,666	124,082	0,8575	7,322	185,212	0,0368	66,64	1 366,88	171,77	6,712
1	Чай с сахаром	200			11,998	47,99					0,015			0,00075

1 неделя 2 день (вторник)

Обед (1н2д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
244	Котлеты особые (свинина) том соусом	90	8,738	21,320	12,043	275,006	5,31961	9,554	81,7624	0,19001	50,66611	1 133,45912	133,76791	5,73043
52	Макаронные изделия отварные 150	150	6,928	2,423	39,576	207,821	0,32385		0,00026		0,10704	0,02258	0,0146	0,00095
138	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33	3,521	1,495	15,688	90,291								
1	Чай с сахаром	200			11,998	47,990					0,015			0,00075
145	Щи из свежей капусты со сметаной и зеленью 250	250	2,421	7,187	16,274	139,463	0,1193	45,01	214,22	0,254	107,80736	93,415	49,1044	2,00958

1 неделя 3 день (среда)

Обед (1н3д)

1	Чай с сахаром	200			11,998	47,990					0,015		0,00075
---	---------------	-----	--	--	--------	--------	--	--	--	--	-------	--	---------

2 неделя 1 день (понедельник)

Обед (2н1д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
28	Каша гречневая 150	150	5,647	2,923	35,977	192,805	0,35618	3,456	76,03226		300,432	597,07208	296,744	3,09512
129	Суп с макаронными изделиями 250	250	4,136	5,401	22,997	157,139	0,14627	17,9	201,5875	0,3926	35,61118	81,3025	28,9297	1,07457
138	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроуэнтами	33	3,521	1,495	15,688	90,291								
141	Цыпльята тушеные в соусе с овощами 60/50	110	15,430	5,300	3,666	124,082	0,8575	7,322	185,212	0,0368	66,64	1 366,88	171,77	6,712
142	Чай с лимоном и сахаром	200	0,044	0,012	15,370	61,763	0,0016	1,6	0,08	0,008	1,615	0,88	0,48	0,02475

2 неделя 2 день (вторник)

Обед (2н2д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
214	Гуляш 50/50	50/50	22,500	12,800	8,100	237,600	5,70672	11,57	23,4094	0,00021	50,89228	1 510,3391	173,7364	7,32123
100	Рис отварной 150	150	3,725	1,965	41,575	198,888	0,13002		0,00026		54,57488	213,49358	46,5242	1,51981
138	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроуэнтами	33	3,521	1,495	15,688	90,291								
1	Чай с сахаром	200			11,998	47,990					0,015			0,00075
145	Щи из свежей капусты со сметаной и зеленью 250	250	2,421	7,187	16,274	139,463	0,1193	45,01	214,22	0,254	107,80736	93,415	49,1044	2,00958

2 неделя 3 день (среда)

Обед (2н3д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
24	Картофельное пюре 150	150	3,827	2,178	15,985	98,849	0,15282	24,286	8,44026	0,142	38,49968	89,40758	30,6902	1,10237
98	Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью 250	250	2,882	6,195	16,966	135,143	0,12508	20,205	214,02	0,2404	38,43368	101,0375	37,5522	1,51339

153	Тефтели из свинины с томатным соусом 60/30	90	5,761	15,328	9,383	198,522	3,04494	14,53	74,62252	0,012	56,29976	840,58716	107,6384	4,33762
138	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33	3,521	1,495	15,688	90,291								
1	Чай с сахаром	200			11,998	47,990					0,015			0,00075

2 неделя 4 день (четверг)

Обед (2н4д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
148	Котлеты натуральные из филе птицы с соусом	90	13,971	11,637	10,658	203,246	0,05835	4,54014	90,34545	0,31717	15,85803	109,5846	54,7289	0,45046
52	Макароны отварные 150	150	6,928	2,423	39,576	207,821	0,32385		0,00026		0,10704	0,02258	0,0146	0,00095
204	Суп гороховый с зеленью 250	250	7,308	6,071	23,464	177,726	0,13701	17,9	201,56845	0,2401	30,74798	63,5233	25,3193	0,73126
138	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33	3,521	1,495	15,688	90,291								
1	Чай с сахаром	200			11,998	47,990					0,015			0,00075

2 неделя 5 день (пятница)

Обед (2н5д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
180	Жаркое по домашнему 185	185	11,864	27,654	13,233	349,278	6,0447	39,26	291,516	0,135	92,71	1 651,29	218,33	8,946
233	Суп рисовый 250/1	250/1	3,268	4,211	19,422	128,656	0,2009	33,032	253,27427	0,14381	54,59611	134,56858	52,33641	2,06649
138	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	33	3,521	1,495	15,688	90,291								
1	Чай с сахаром	200			11,998	47,990					0,015			0,00075

СОГЛАСОВАНО:

МБОУ СОШ №8

(наименование общеобразовательного учреждения)

(Ф.И.О. руководителя учреждения)

Мероп В.В.

« 7 » 2024

УТВЕРЖДАЮ:

ООО «Мастер Провиант»

(наименование учреждения)

Пешков В.В.

(Ф.И.О. руководителя учреждения)

« » 2024

**Меню приготавливаемых блюд
двухнедельных завтраков для питания учащихся**

муниципальных общеобразовательных организаций (за исключением обучающихся по образовательным программам начального общего образования, учащихся, находящихся на полном государственном обеспечении, учащихся, оба родителя или один из родителей которых являлись военнослужащими, лицами, проходящими службу в войсках национальной гвардии Российской Федерации и имеющими специальное звание полиции, и погибли при выполнении задач в ходе специальной военной операции на территориях Украины, Донецкой Народной Республики, Луганской Народной Республики, Запорожской и Херсонской областей

1 неделя 1 день (понедельник)

Завтрак (1н1д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
9	Бутерброд с колбасой в/к	20/15	3,32	2,49	12,34	85,05	2,7505			0,34	26,3	299,5	31,1	2,58
1	Чай с сахаром	200			11,998	47,99					0,015			0,00075

1 неделя 2 день (вторник)

Завтрак (1н2д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
237	Бутерброд с джемом	35	1,820	0,240	20,890	93,000	2,2	6		0,34	7,1	15,4	4,7	0,315
1	Чай с сахаром	200			11,998	47,990					0,015			0,00075

1 неделя 3 день (среда)

Завтрак (1н3д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
82	Печенье 30	30	2,861	4,883	22,445	145,171	0,51232			25,6	89,2416	654,4736	227,3344	7,31904
142	Чай с лимоном и сахаром	200	0,044	0,012	15,370	61,763	0,0016	1,6	0,08	0,008	1,615	0,88	0,48	0,02475

1 неделя 4 день (четверг)

Завтрак (1н4д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
9	Бутерброд с колбасой в/к	20/15	3,320	2,490	12,340	85,050	2,7505			0,34	26,3	299,5	31,1	2,58
1	Чай с сахаром	200			11,998	47,990					0,015			0,00075

1 неделя 5 день (пятница)

Завтрак (1н5д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
10	Бутерброд с маслом	20/5	1,863	4,296	11,143	90,682	2,20005		0,00065	0,34	4,04	13,0002	2,62	0,2402
1	Чай с сахаром	200			11,998	47,990					0,015			0,00075

2 неделя 1 день (понедельник)

Завтрак (2н1д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
237	Бутерброд с джемом	35	1,820	0,240	20,890	93,000	2,2	6		0,34	7,1	15,4	4,7	0,315
142	Чай с лимоном и сахаром	200	0,044	0,012	15,370	61,763	0,0016	1,6	0,08	0,008	1,615	0,88	0,48	0,02475

2 неделя 2 день (вторник)

Завтрак (2н2д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
10	Бутерброд с маслом	20/5	1,863	4,296	11,143	90,682	2,20005		0,00065	0,34	4,04	13,0002	2,62	0,2402
1	Чай с сахаром	200			11,998	47,990					0,015			0,00075

2 неделя 3 день (среда)

Завтрак (2н3д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
215	пряники 40 гр	40	2,856	1,428	19,664	102,932	0,032			0,96	4,4	20	3,6	0,32
1	Чай с сахаром	200			11,998	47,990					0,015			0,00075

2 неделя 4 день (четверг)

Завтрак (2н4д)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
9	Бутерброд с колбасой в/к	20/15	3,320	2,490	12,340	85,050	2,7505			0,34	26,3	299,5	31,1	2,58
1	Чай с сахаром	200			11,998	47,990					0,015			0,00075

2 неделя 5 день (пятница)

Завтрак (2нбд)

№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
12	Бутерброд с сыром	28	3,962	3,184	10,305	85,724	1,9949			0,306	3,42	11,7	2,34	0,216
142	Чай с лимоном и сахаром	200	0,044	0,012	15,370	61,763	0,0016	1,6	0,08	0,008	1,615	0,88	0,48	0,02475