

«СОГЛАСОВАНО»
Начальник Территориального отдела
Управления Федеральной службы
Роспотребнадзора по Самарской области в
г. Чапаевск
Главный санитарный врач
Л.А. Чапала
« 02 » 11 2020г.



«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ООО «Орфей»
Л.А. Трошева



«СОГЛАСОВАНО»
Директор ТООУ СОШ № 4 п.т. Безенчук
Иванов М. А. -
« 02 » сентября 2020г.



Согласовано
Председатель управления
школа, ТООУ СОШ № 4 п.т. Безенчук
Турова О.Ю.
« 02 » сентября 2020

Примерное 10-и дневное меню

Питания детей в осеннее-зимний период, посещающих школы пгт.Безенчук и Безенчукского района Самарской области
на 2020-2021 учебный год.

Меню

для учащихся школ п.г.т. Безенчук и Безенчукского района на период с
14.09.2020г. - 18.09.2020г.

Дата	№ рецепта	Наименование	Выход, г	цена, руб	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	Витамины				Минеральные вещества					
					Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
14.09	223	Запеканка из творога с молоком сгущ.	150/20	42,40	25,97	20,34	35,44	429,88										
	1	Бутерброд с маслом	3/15	12,17	2,38	16,74	14,74	221,00	0,09	0,55	0,12	0,66	281,37	357,13	38,41	0,92		
	377	Чай с сахаром	200/15	2,43	0,20	0,05	15,01	56,85	0	0,00	0,08	0,23	10,8	25,5	4,2	0,37		
		Итого:		57,00	28,55	37,13	65,19	707,73	0,13	0,55	0,20	0,89	292,17	382,63	42,61	1,29		
15.09	259	жаркое по-домаш из свинины	50/200	37,80	3,58	9,72	28,44	215,75	0,18	10,83	0,18	4,47	21,51	102,27	40,85	1,69		
	45	Салат из свеж капусты	100	4,20	1,01	3,80	6,49	63,11	0,02	24,34	-0,16	1,73	27,58	20,63	11,37	0,37		
		Сок фруктовый	200	12,00	1,00		18,20	76,00	0,02	4	0,00	0,00	16	18	10	1,62		
		Хлеб	40	3,00	3,04	0,32	19,44	95,20	0,04			0,04	8	26	5,6	0,44		
		Итого:		57,00	8,63	13,84	72,57	450,06	0,26	39,17	0,34	6,24	73,09	166,9	67,82	4,12		
16.09	243	Сосиски "Молочные" с соусом	12/35	45,03	13,17	28,13	4,27	325,35	0,21	0,47	0,02	0,70	34,07	163,64	20,63	2,16		
	202	Макароны отварные	150	5,71	5,20	4,46	30,92	184,6	0,06		0,02	0,81	3,79	35,61	6,91	0,76		
	377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3,26	0,26	0,06	15,22	59,016	0	2,80		0,01	2,8	1,54	0,84	0,04		
		Хлеб пшеничный	40	3,00	3,04	0,32	19,44	95,2	0,04			0,04	8	26	5,6	0,44		
		Итого:		57,00	21,67	32,97	69,85	664,17	0,31	3,27	0,04	1,56	48,66	226,79	33,98	3,4		
17.09	174	Каша молочная рисовая с маслом	200/10/10	17,58	5,87	11,77	51,64	335,25	0,06	1,30	0,06	0,28	124,66	187,11	110	0,55		
	3	Бутерброд с маслом и сыром	40/15/25	27,97	8,87	18,67	19,56	297,40	0,05	0,17	0,12	0,32	231,6	155,5	14,35	0,72		
	342	Компот из свежих ягод	200	11,45	0,32	0,20	28,07	111,76	0,01	6,00	0,01	0,12	14,8	12	10,4	0,2		
		Итого:		57,00	15,06	30,64	99,27	744,41	0,12	7,47	0,19	0,72	371,06	354,61	134,75	1,47		
18.09	398	Блинчики с молоком сгущенным	2шт/180	53,74	10,61	18,83	69,28	489,68	0,22	0,16	44,68	2,00	152,7	195,13	45,67	2,02		
	377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3,26	0,26	0,06	15,22	59,16	0	2,80		0,01	2,8	1,54	0,84	0,04		
		Итого:		57,00	10,87	18,89	84,50	548,84	0,21	0,04		2,99	155,5	196,67	46,51	#ССЫЛКА!		
		ВСЕГО		285,00	84,78	133,47	391,38	3115,21	0,56	50,50	0,77	12,40	940,48	1327,6	325,67	#ССЫЛКА!		

