

«СОГЛАСОВАНО»
 Начальник Территориального отдела
 Управления Федеральной службы
 Роспотребнадзора по Самарской области и
 г. Чапаевск
 Главный санитарный врач
 П.А. Чапаев
 30.09.2020г.

«УТВЕРЖДАЮ»
 Директор ООО «Стебель»
 Д.А. Трофеев

«УТВЕРЖДАЮ»
 Директор ООО «Стебель»
 Д.А. Трофеев

Исполнитель: Д.А. Трофеев

«09» сентября 2020г.

Составлено
 Председателем управления
 школы, ООО «Стебель» и птг. Безенчук
 / Туркина Р.В. /
 «09» сентября 2020г.

Примерное 10-и дневное меню

Питание детей в осенне-зимний период, посещающих школы птг. Безенчук и Безенчукского района Самарской области
 на 2020-2021 учебный год

Меню (горячие завтраки)

для учащихся школ п.г.т. Безенчук и Безенчукского района на период с 12.10.2020г. - 16.10.2020г.

ООО "Орфей"

Дата	№ рецеп	Наименование	Выход, г	цена,руб	Пищевая ценность			Энергет. ценность	Витамины				Минеральные вещества			
					Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
12.10																
		Блины с фрукт начинкой	80,00	26,87	10,61	9,42	34,64	244,84	0,11	0,08	22,34	1,00	76,35	97,57	22,84	1,01
		Йогурт	115	18,68	4,10	1,50	5,90	53,50	0,032	0,6	10		124	95	15	0,1
	342	Компот из свежих ягод	200	11,45	0,32	0,20	28,07	111,76	0,01	6	0,01	0,12	14,8	12	10,4	0,2
		Итого		57,00	15,03	11,12	68,61	410,10	0,152	6,68	32,35	1,12	215,15	204,57	48,24	1,31
13.10	174	Каша молочная манная с маслом и сахаром	200/10/10	15,02	5,87	11,77	51,64	335,25	0,06	1,3	0,06	0,28	124,66	187,11	110	0,55
		Булочка сдобная	50,00	17,00	3,88	2,36	23,55	131,00	0,07		13	0,24	22	37	14,5	0,69
		Фрукты-яблоко	шт	15,38	0,30	0,30	6,75	33,30	0,02	7,5	0	0,15	12	8,25	6,75	1,65
	342	Квас	200	9,60	3,69	3,82	25,28	138,57	0,04	1,3	0,02	0,01	125,12	146,2	107	0,98
		Итого		57,00	13,74	18,25	107,22	638,12	0,19	10,10	13,08	0,68	283,78	378,56	238,25	3,87
14.10	243	Сосиски "Молочные" с соусом	120/35	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
	139	Капуста тушеная	100	6,01	2,75	5,49	13,13	110,83	0,04	22,60	0,11	2,89	73,1	53,67	27,58	1,07
	377	Чай с сахаром	200/15	2,96	0,20	0,05	15,01	56,85	0	0,00		0,00	0	0	0	0
		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	19,16	33,99	51,85	588,23	0,29	23,07	0,13	3,63	115,17	243,31	53,81	3,67
15.10	75	Икра свекольная	50	4,75	2,50	9,08	13,30	143,78	0,04	17,86	0,06	4,25	42,57	65,82	35,08	1,94
	259	Жаркое по-домашнему из свинины	50/150	37,80	10,56	23,68	28,44	370,12	0,41	10,83	0,18	4,67	24,8	179,35	52,13	2,51
		Хлеб пшеничный	40	3,00	3,04	0,32	19,44	95,20	0,04			0,04	8	26	5,6	0,44
	342	Компот из свежих ягод	200	11,45	0,32	0,20	28,07	111,76	0,01	6	0,01	0,12	14,8	12	10,4	0,2
		Итого		57,00	16,42	33,28	89,25	720,86	0,5	34,69	0,25	9,08	90,17	283,17	103,21	5,09
16.10	229	Рыба(кета)тушеная в томате с овощами	60/50	44,09	11,38	6,90	4,42	120,74	0,16	1,14	0,27	2,92	14,57	95,1	20,05	0,57
	304	Рис отварной	100	6,95	4,60	10,88	44,86	265,65	0,03		0,05	0,4	1,93	77,7	23,96	0,66
		Хлеб пшеничный	40	3,00	3,04	0,32	19,44	95,20	0,04	0,00	0,00	0,04	8	26	5,6	0,44
	377	Чай с сахаром	200/15	2,96	0,20	0,05	15,01	56,85	0	0,00		0,00	0	0	0	0
		Итого:		57,00	19,22	18,15	83,73	538,44	0,23	1,14	0,32	3,36	24,5	198,8	49,61	1,67