

«СОГЛАСОВАНО»

Начальник Территориального отдела
Управления Федеральной службы
Роспотребнадзора по Самарской области и
г. Чапаевск

Главный санитарный врач

П.А. Чапала
« 08 » авг 2020г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ООО «Орфей»

Л.А. Трошева



«СОГЛАСОВАНО»

Директор ООО «Солн. 4 в 1» г. Безенчук

И.И. М. ИИИ

« 08 » августа 2020г.



Составлено
Председатель организации
ИИИ, ООО «Солн. 4 в 1» г. Безенчук
И.И. М.
« 08 » августа 2020г.

Примерное 10-и дневное меню

Питание детей в осеннее-зимний период, посещающих школы пгт.Безенчук и Безенчукского района Самарской области

на 2020-2021 учебный год.

Меню

для учащихся с ОВЗ школ п.г.т. Безенчук и Безенчукского района на 28.12.2020г



Дата	№ рецеп	Наименование	Выход, г	цена, руб	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	Витамины				Минеральные вещества			
					Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
28.12	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	69,64	20,63	2,16
завтрак	202	Макароны отварные	150	5,56	5,19	4,46	30,92	184,60	0,06		0,20	0,81	3,79	35,61	6,91	0,76
		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
	342	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3,41	0,32	0,20	28,07	111,76	0,01	6	0,01	0,12	14,8	12	10,4	0,2
		Сок фруктовый	1/200	10,80	1,00		18,20	76,00	0,02	4			16	18	10	0,4
		Итого завтрак:		67,80	22,72	33,11	100,90	792,91	0,07	10,47	0,01	16,16	40,8	48	34	1,04
обед	102	Суп картофельный с горохом	210	7,44	6,39	5,64	24,27	175,33	0,29	15,44	0,36	0,37	41,93	110,63	44,43	2,55
	243	Гуляш из куриного филе	75/50	34,73	6,59	14,07	2,14	162,68	0,1	0,24	0,01	0,35	17,04	81,82	10,32	1,08
	312	Рис отварной с маслом	160/10	11,69	3,16	4,76	20,24	138,60	0,14	5,34	0,15	0,18	37,15	89,17	43,02	1,01
		Хлеб пшеничный	60	4,50	4,56	0,48	29,16	142,80	0,06	0,00	0,00	0,06	12	39	8,4	0,66
		Хлеб рж-пшеничный	30	2,25	2,19	0,39	10,00	75,60	0,07			0,56	14,8	71,2	22	1,08
	342	Напиток из свежих яблок	200	7,09	0,16	0,01	22,02	86,20	0,01	3	0	0,06	7,4	6	5,2	0,1
		Итого обед:		67,70	16,66	19,71	83,56	605,88	0,38	8,58	0,16	1,21	88,39	287,19	88,94	3,93
		ВСЕГО ЗА 28.12		135,50	39,38	52,82	876,47	1398,79	1,04	19,05	0,17	17,37	129,19	335,19	122,94	4,97