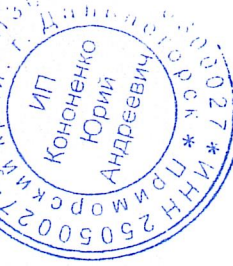


Согласовано:
Директор МОБУ "СОШ" № 25
В.В. Воронина



Утверждаю:
И.П. Кононенко Ю.А.
Ю.А. Кононенко
"09" 09 2022 г.

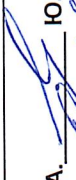


Десятидневное меню
"Обеспечение однократным питанием и
кисломолочными продуктами обучающихся 1-4
в МОБУ СОШ Дальнегорского городского округа
на 2021 - 2022 год

Наименование блюда.	выход	Б	Ж	У	К	В1 мг.	С мг.	А мг.	Е мг.	Са мг.	Mg мг.	Р мг.	Fe мг.	
1-ый день														
Плов с мясом	190	10,93	12,6	32,72	285,95	0,1	0,95	52	0	51,38	42,18	53,24	2,98	№277 сб.реп.1994
Чай с сахаром.	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	0	0	0	13,4	6,2	8,2	0,8	№136сб реп. 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	3,22	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0,3	6,9	25,2	9,9	5,58	гост31805-2012
Масло сливочное	10	0,1	8,25	0,13	74,8	0,01	0	0,04	0,11	2,4	0	3	0,02	№14сб.реп.2004
Итого завтрак:		14,45	21,35	67,37	518,95	0,14	0,95	52,04	0,41	74,08	73,58	74,34	9,38	
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№400сб реп. 2004
Итого:		20,25	27,75	76,77	636,95	0,22	2,15	82,04	0,41	326,88	255,58	102,34	9,58	
2-ой день														
Каша молочная манная с маслом сливоч	200/5	10,24	15,36	35,92	283,50	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	54,35	132	0,75	№2216сб.реп. 2004
Чай с лимоном и сахаром	200	0,00	0,40	18,80	62,40	0	1,64	0	0	13,4	6,2	8,2	0,8	№629сб реп. 1994
Сыр	10	3,48	4,46	0	36,4	0,004	0,11	0,039	0,075	135	5,25	75	0,15	№151сб реп. 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Итого завтрак:		19,12	20,62	74,24	479,1	0,184	3,13	0,049	0,475	466,18	65,8	215,2	1,7	
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№400сб реп. 2004
Итого:		24,92	27,02	83,64	597,1	0,264	4,33	30,049	0,475	718,98	247,8	243,2	1,9	
3-ой день														
Каша молочная рисова с маслом сливоч.	200/5	12,67	11,05	36,51	282,80	0,13	2,23	0,07	0,05	329,16	54	70,36	1,3	№189/362сб.реп.2004
Чай с сахаром.	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54	№136сб реп. 2004
Масло сливочное	10	0,1	8,25	0,13	74,8	0,01	0	0,04	0,11	2,4	0	3	0,02	№14сб.реп.2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.		5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Итого завтрак:		18,37	19,80	71,16	515,80	0,17	8,23	0,11	0,16	343,51	54,00	73,36	1,86	
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№400сб реп. 2004
Итого:														
4-ой день														
Винегрет овощной	60	0,50	3,10	2,46	39,03	0	10	0	0,1	22,9	13,9	41,8	1	№60 сб. реп. 1994

		150	5,00	1,30	14,80	145,20	0,21	0	0	0	14,235	0	0	4,545	№690сб,реп,1981 627/94 гост31805-2012
		200	1,36	0	29,02	116,19	0	0	0	0	0,16	0	0	0	
		20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	
Итого завтрак:			24,36	22,76	79,1	560,32	0,273	10,5	30	0,1	46,181	13,9	41,8	6,392	
		200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№400сб реп 2004
			30,16	29,16	88,5	678,32	0,353	11,7	60	0,1	298,981	195,9	69,8	6,592	
Итого:															
5-ой день															
Каша "Янтарная"(из пшена) с яблоками с маслом сливочн.		175/25/5	8,2	11,8	37,80	292,00	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	54,35	132	0,75	№116сбреп2004 №136сбреп2004 гост31805-2012 №151сб реп 2004
Чай с сахаром.		200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54	
Хлеб пшеничный в/с йодированный.		40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	
		10	3,48	4,46	0	36,4	0,004	0,11	0,039	0,075	135	5,25	75	0,15	№400сб реп 2004
Итого завтрак:			17,28	16,76	72,32	486,6	0,184	7,49	0,049	0,475	464,38	59,6	207	1,44	
		200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№400сб реп 2004
			23,08	23,16	81,72	604,6	0,264	8,69	30,049	0,475	717,18	241,6	235	1,64	
Итого:															
6-ой день															
Макаронные отварные со слив мас. с сыром		150/5/5	8,37	11,3	40,83	242,18	0,01	0	0,01	0,02	12,42	65	10,91	0,28	№274 сб,реп. 1994 №397сб реп 2004 №14сбреп2004 гост31805-2012
Какао на молоке		200	4,2	3,62	17,28	118,66	0,06	1,6	0	0	152,94	0	0	0,54	
Масло сливочное		10	0,1	8,25	0,13	74,8	0,01	0	0,04	0,11	2,4	3	0	0,02	
Хлеб пшеничный в/с йодированный.		40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	№400сб реп 2004
Итого завтрак:			18,07	23,57	77,76	532,44	0,11	1,6	0,05	0,13	168,11	68	10,91	0,84	
		200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№2216сбреп 2004 №136сбреп2004 №151сб реп 2004 гост31805-2012
			23,87	29,97	87,16	650,44	0,19	2,8	30,05	0,13	420,91	250	38,91	1,04	
Итого:															
7-ой день															
Каша молочная гречневая со сливоч маслом.		200/5	10,24	15,36	35,92	253,50	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	54,35	132	0,75	№2216сбреп 2004 №136сбреп2004 №151сб реп 2004 гост31805-2012
Чай с сахаром.		200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54	
Сыр		10	3,48	4,46	0	36,4	0,004	0,11	0,039	0,075	135	5,25	75	0,15	
Хлеб пшеничный в/с йодированный.		40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	№400сб реп 2004
Итого завтрак:			19,32	20,32	70,44	448,10	0,18	7,49	0,05	0,48	464,38	59,60	207,00	1,44	
		200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№2216сбреп 2004 №136сбреп2004 №151сб реп 2004 гост31805-2012
			25,12	26,72	79,84	566,10	0,26	8,69	30,05	0,48	717,18	241,60	235,00	1,64	
Итого:															
8-ой день															
Омлет натуральный с зеленым горошком		150	14,3	11,25	43,13	349,01	0,154	0,39	0,39	4,55	105,43	18,72	0,26	2,99	№255сбреп2004 №629сб реп 1994 гост31805-2012 №14сбреп2004
Чай с лимоном и сахаром		200	0,00	0,40	18,80	62,40	0	1,64	0	0	13,4	6,2	8,2	0,8	
Хлеб пшеничный в/с йодированный.		40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	
Масло сливочное		10	0,1	8,25	0,13	74,8	0,01	0	0,04	0,11	2,4	0	3	0,02	№255сбреп2004 №629сб реп 1994 гост31805-2012 №14сбреп2004
Итого завтрак:			19,8	20,3	81,58	583,01	0,194	2,03	0,43	4,66	121,58	24,92	11,46	3,81	
		200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№400сб реп 2004
			25,6	26,7	90,98	701,01	0,274	3,23	30,43	4,66	374,38	206,92	39,46	4,01	
Итого:															

9-ой день	60	1,06	5,80	5,60	80,20	0,02	1,2	0,04	0,2	32,4	23,2	21	0,4	№76 сб.pec. 1994
Икра овощная	80	8,2	7,95	9,22	187,26	0,076	0,44	0	0	71,2	0	0	0,59	№325 сб.pec 1994
Котлета рыбная любительская	150/5	3,65	5,37	26,69	209,70	0,03	0	0	0	1,365	0	0	0,525	№315сбpec2004
Рис отварной со сливочным маслом	50	2,5	2,1	2,03	38,83	0,03	4,35	0,4	0,1	7,5	11,7	54,25	1,05	528 сб.pec 1994
Соус красный основной	200	1,60	0,40	30,60	125,20	0,04	0	0	0	31,5	0	0	1,06	№508сб.pec.2004
Компот из смеси сухофруктов витаминизиров.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гост31805-2012
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич. - ржаной.		22,405	22,02	93,66	550,73	0,226	5,99	0,44	0,3	144,315	34,9	75,25	3,625	
Итого завтрак:														
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№400сб.pec 2004
Итого:		28,205	28,42	103,06	668,73	0,306	7,19	30,44	0,3	397,115	216,9	103,25	3,825	
10-ой день		Б	Ж	У	К	В1 мг.	С мг.	А мг.	Е мг.	Са мг.	Mg мг.	P мг.	Fe мг.	№428 сб.pec. 1981
Биточки пшеничные с творогом со сг мол	150/20	9,34	11,10	33,76	261,72	0,13	2,23	0,07	0,05	329,16	70,36	54	1,3	№136сбpec2004
Чай с сахаром.	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54	гост31805-2012
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	№151сб.pec 2004
Сыр	10	3,48	4,46	0	36,4	0,004	0,105	0,039	0,075	135	75	5,25	0,15	
Итого завтрак:		18,42	16,06	68,28	456,32	0,164	8,34	0,109	0,125	476,11	145,36	59,25	1,99	
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№400сб.pec 2004
Итого:		24,22	22,46	77,68	574,32	0,244	9,54	30,109	0,125	728,91	327,36	87,25	2,19	

ИП Кононенко Ю.А.  Ю.А. Кононенко.
Технолог:  О.Н. Фенькив
Бухгалтер:  Г.Н. Бондарева

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575832

Владелец Воронина Ирина Владимировна

Действителен с 22.04.2021 по 22.04.2022