

Составлено:

Директор МОБУ "СОШ" № 85

И.П. Конonenko Ю.А.

Утверждаю:

И.П. Конonenko Ю.А.

И.П. Конonenko Ю.А. 2022 г.

И.П. Конonenko Ю.А.



Десятидневное меню

"Обеспечение одnorазовым питанием обучающихся в 5-11 классах из многодетных семей, из семей имеющих среднедушевой доход ниже величины прожиточного минимума, из семей находящихся в сложной жизненной ситуации, из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей в МОБУ СОШ Дальнегородского городского округа. на 2021-2022 год.

Наименование блюда.	Выход	Цена	Б	Ж	У	К	В1 мг.	С мг.	А мг.	Е мг.	Са мг.	Р мг.	Мг мг.	Fe мг.	
1-ый день															
Тефтели мясные в соусе.	100/50		20,10	19,96	22,12	271,80	0,033	0,495	30	0	8,536	0	0	0,847	№79сб.pec. 2004
Макаронь отварные со сливочным маслом	180/5		7,12	5,05	53,1	236,50	0,01	0	0,01	0,02	13,52	72,3	13,8	0,34	№19 сб.pec. 2004
Чай с сахаром.	200		0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54	№136сбpec.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	пост31805-2012
Масло сливочное	10		0,08	7,25	0,13	66	0,01	0	0,04	0,11	2,4	3	0	0,02	№14сбpec.2004
Итого:			32,9	32,76	109,87	732,5	0,083	6,495	30,05	0,13	36,406	75,3	13,8	1,747	
2-ой день															
Икра морковная	100		0,89	4,80	4,67	133,56	0,02	1,2	0,04	0,2	32,4	21	23,2	0,4	№75 сб.pec. 1994
Рыба тушеная с овощами	100/50		16,50	12,60	14,50	264,80	0,056	0,72	0	0	92,36	0	0	0,698	№309сб.pec. 1994
Картофельное пюре	180		4,65	5,93	38,84	226,70	0,03	0	0	0	1,365	0	0	0,525	№315сб.pec. 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.pec. 1994
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20		5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	пост31805-2012
Итого:			27,44	24,13	96,33	784,26	0,136	3,56	0,04	0,2	139,88	27,2	31,4	2,423	
3-ой день															
Каша молочная рисовая с маслом сливоч	250/5		15,83	13,8	45,63	353,50	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	54,35	132	0,75	№2216сбpec. 2004
Чай с сахаром.	200		0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54	№136сбpec.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	пост31805-2012
Масло сливочное	10		0,08	7,25	0,13	66	0,01	0	0,04	0,11	2,4	3	0	0,02	№14сбpec.2004
Итого:			21,51	21,55	80,28	577,70	0,19	7,38	0,05	0,51	331,78	57,35	132,00	1,31	
4-ый день															
Винегрет овощной с растит маслом	100		1,67	10,34	8,20	130,10	0	10	0	0,1	22,9	41,8	13,9	1	№60 сб.pec. 1994
Тефтели мясные в соусе.	100/50		20,10	19,96	22,12	271,80	0,033	0,495	30	0	8,536	0	0	0,847	№79сб.pec. 2004
Резка духовая на сливочном масле	180/5		6,30	1,80	19,40	168,47	0,21	0	0	0	14,235	0	0	4,545	№690сб.pec. 1981
Кисель плодово-ягодный витаминиз	200		1,36	0	29,02	116,19	0	0	0	0	0,16	0	0	0	627194
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20		5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	пост31805-2012
Итого:			34,83	32,50	98,26	783,36	0,27	10,50	30,00	0,10	46,18	41,80	13,90	6,39	
5-ый день															
Салат из белокачанной капусты с растит маслом	100		1,6	7,6	5,3	94,3	0,012	3,5	0	0,14	2,8	5,2	4	0,18	№81 сб.pec. 1985

Плов с мясом	230	13,23	15,25	39,61	376,25	0,1	1,26	60	0	56,38	49,13	59,38	3,74	№104сб рец 2004
Компот из смеси сухофруктов витаминизиров.	200	1,60	0,40	30,60	125,20	0,04	0	0	0	31,5	0	0	1,06	№508сб рец 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	росг31805-2012
Итого:		21,83	23,65	95,03	692,55	0,182	4,76	60	0,14	91,03	54,33	63,38	4,98	
6-ый день														
Свекла с сыром	100	0,54	0,07	1,87	47,34	0,012	3,5	0	0,14	2,8	5,2	4	0,18	№29 сб рец 1994
Котлета мясная	100	10,50	11,8	6,10	171,76	0,076	0,44	0	0	71,2	0	0	0,59	№416 сб рец 1994
Макаронь отварные со сливочным маслом	180/5	7,12	5,05	53,1	236,50	0,01	0	0,01	0,02	13,52	72,3	13,8	0,34	№19 сб рец 2004
Соус красный основной	50	2,5	2,1	2,03	38,83	0,03	4,35	0,4	0,1	7,5	54,25	11,7	1,05	528 сб рец 1994
Чай с сахаром.	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54	№136сб рец 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	росг31805-2012
Итого:		26,26	19,52	97,62	652,63	0,158	14,29	0,41	0,26	106,97	131,75	29,5	2,7	
7-ый день														
Салат из огурца консервир. с луком и раст. маслом.	100	0,84	0	0,57	4,8	0,004	0,49	0	0,01	1,7	3	1,4	0,05	
Жаркое- по домашнему с мясом	230	12,89	18,38	36,34	475,60	0,05	12,54	0,01	0,02	36,04	54	73	5,72	№96сб рец 2003
Компот из смеси сухофруктов витаминизиров.	200	1,60	0,40	30,60	125,20	0,04	0	0	0	31,5	0	0	1,06	№508сб рец 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	росг31805-2012
Итого:		20,73	19,18	87,03	702,4	0,124	13,03	0,01	0,03	69,59	57	74,4	6,83	
8-ый день														
Икра морковная	100	1,77	9,65	9,34	133,67	0,02	1,2	0,04	0,2	32,4	21	23,2	0,4	№75 сб рец 1994
Омлет натуральный с зеленым горошком	200	16,07	13,25	49,51	405,00	0,205	0,52	0,52	6,08	140,57	0,35	24,96	3,99	№255сб рец 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 рец 1994
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	росг31805-2012
Итого:		23,24	23,70	97,17	697,87	0,26	3,36	0,56	6,28	186,72	27,55	56,36	5,19	
9-ый день														
Икра овощная	100	1,77	9,65	9,34	133,67	0,02	1,2	0,04	0,2	32,4	21	23,2	0,4	№76 сб рец 1994
Котлета рыбная Любительская	100	10,25	9,1	11,53	234,08	0,095	0,55	0	0	92,75	0	0	0,74	№325 сб рец 1994
Рис отварной со сливочным маслом	180/7	4,82	5,68	37,52	224,66	0,03	0	0	0	1,365	0	0	0,525	№315сб рец 2004
Соус красный основной	50	2,5	2,1	2,03	64,72	0,03	4,35	0,4	0,1	7,5	54,25	11,7	1,05	528 сб рец 1994
Компот из смеси сухофруктов витаминизиров.	200	1,60	0,40	30,60	125,20	0,04	0	0	0	31,5	0	0	1,06	№508сб рец 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	росг31805-2012
Итого:		26,34	27,33	110,54	879,13	0,25	6,10	0,44	0,30	165,87	75,25	34,90	3,78	
10-ый день														
Салат из огурца консервир. с луком и раст. маслом.	100	0,84	0	0,57	16	0,004	0,49	0	0,01	1,7	3	1,4	0,05	
Рагу овощное с курицей.	230	12,89	18,38	36,34	475,60	0,05	12,54	0,01	0,02	36,04	54	73	5,72	№342сб рец 2004
Чай с сахаром.	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54	№136сб рец 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	росг31805-2012
Итого:		19,33	18,88	71,43	649,8	0,084	19,03	0,01	0,03	49,69	57	74,4	6,31	

ИП Кононенко Ю.А.
 Технолoг: Ю.А.Кононенко.
 Бухгалтер: О.Н. Фенькив
 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