

Приложение № 8/4 к договору
от 16 09 2010 г.

СОГЛАСОВАНО:

Директор

МП



УТВЕРЖДЕНО:

Директор

/Воловой И.Н./

МП



Примерное меню для учащихся 1-4 класса при 5-ти дневной неделе, имеющих статус дети с ОВЗ и (или) дети-инвалиды, получающих бюджетные средства на питание в размере 24,00 руб.

| № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества, г. | | | ценност | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|--|---|--------------|----------------------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------|-------------|-------------|---------------------------|---------------|--------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | Е | Са | Р | Мд | Fe |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| ДЕНЬ 1 ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ | | | 4,81 | 6,40 | 68,16 | 349,29 | 0,18 | 16,79 | 0,00 | 2,20 | 56,10 | 109,41 | 37,19 | 2,23 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 96/17 | Рассольник "Ленинградский" со сметаной с курицей отварной | 200/5/20 | 2,55 | 6,08 | 17,30 | 133,96 | 0,11 | 16,79 | | 2,04 | 25,90 | 68,13 | 23,75 | 0,99 |
| 348/17 | Компот из плодов или ягод сушеных (изюм), вит С | 200 | 0,74 | 0,16 | 41,02 | 168,45 | 0,05 | | | 0,16 | 26,20 | 41,28 | 13,44 | 1,02 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 | | | | 4,00 | | | 0,22 |
| ДЕНЬ 2 ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ | | | 8,73 | 17,27 | 73,80 | 485,66 | 0,21 | 22,97 | 0,00 | 2,00 | 94,23 | 51,54 | 21,58 | 3,31 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 99/17 | Суп из овощей со сметаной | 200/10 | 2,14 | 5,97 | 11,48 | 108,13 | 0,10 | 21,34 | | 2,00 | 30,80 | 51,54 | 21,58 | 0,80 |
| 349/17 | Компот из смеси сухофруктов, вит С | 200 | 1,15 | | 20,01 | 84,60 | 0,03 | 1,63 | | | 47,85 | | | 1,79 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,3 | 58,6 | 0,03 | | | | 5 | | | 0,28 |
| ТТК 109 | Язычок слоёный | 50 | 3,54 | 11,10 | 30,01 | 234,33 | 0,05 | | | | 10,58 | | | 0,44 |
| ДЕНЬ 3 ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ | | | 11,12 | 19,35 | 98,53 | 612,63 | 0,23 | 20,98 | 0,00 | 7,46 | 65,40 | 97,66 | 25,40 | 2,65 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 82/17 | Борщ с капустой и картофелем с курицей отварной со сметаной | 200/10/5 | 2,31 | 5,90 | 15,05 | 122,55 | 0,07 | 19,32 | | 1,95 | 42,23 | 31,76 | 13,48 | 1,14 |
| 247/06 | Кисель из концентрата на плодовых или ягодного, вит С | 200 | 0,11 | | 11,60 | 46,83 | 0,01 | 1,66 | | | 3,90 | 0,72 | 0,24 | 0,37 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 | | | | 4,00 | | | 0,22 |
| 424/17 | Булочка домашняя | 100 | 7,18 | 13,29 | 62,04 | 396,37 | 0,13 | | | 5,51 | 15,27 | 65,18 | 11,68 | 0,92 |
| ДЕНЬ 4 ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ | | | 6,89 | 5,35 | 54,64 | 294,21 | 0,11 | 5,50 | 0,00 | 1,91 | 35,87 | 27,46 | 8,19 | 3,75 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 113/17 | Суп-лапша домашняя с курицей отварной | 200/20 | 2,85 | 5,03 | 14,76 | 115,68 | 0,05 | 1,50 | | 1,91 | 13,87 | 27,46 | 8,19 | 0,51 |
| 389/17 | Соки овощные, фруктовые или ягодные | 200 | 1,00 | | 20,20 | 84,80 | 0,02 | 4,00 | | | 14,00 | | | 2,80 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 93,73 | 0,04 | | | | 8 | | | 0,44 |
| ДЕНЬ 5 ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ | | | 11,70 | 12,10 | 103,31 | 568,81 | 0,25 | 31,97 | 8,08 | 3,80 | 110,36 | 105,59 | 31,14 | 3,75 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 88/17 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 200/10 | 2,07 | 5,90 | 9,23 | 98,24 | 0,08 | 30,30 | | 1,99 | 41,80 | 44,28 | 20,10 | 0,76 |
| 349/17 | Компот из смеси сухофруктов, вит С | 200 | 1,15 | | 20,01 | 84,60 | 0,03 | 1,63 | | | 47,85 | | | 1,79 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 | | | | 4,00 | | | 0,22 |
| ТТК 53 | Булочка "Выборгская" | 100 | 6,96 | 6,04 | 64,23 | 339,09 | 0,12 | 0,038 | 8,08 | 1,81 | 16,71 | 61,31 | 11,04 | 0,98 |
| ДЕНЬ 6. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ | | | 6,75 | 4,92 | 57,37 | 300,70 | 0,15 | 25,50 | 0,00 | 1,46 | 34,57 | 97,35 | 31,20 | 1,47 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 63/06 | Суп картофельный с крупой, с сайрой | 250 | 4,33 | 4,68 | 17,44 | 129,17 | 0,11 | 16,50 | | 1,46 | 22,75 | 97,35 | 31,20 | 1,02 |
| 1008/13 | Напиток апельсиновый | 200 | 0,14 | | 25,17 | 101,21 | 0,01 | 9,00 | | | 5,82 | | | 0,12 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 | 0,03 | | | | 6 | | | 0,33 |
| ДЕНЬ 7. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ | | | 12,69 | 13,75 | 94,97 | 554,24 | 0,27 | 23,06 | 0,00 | 3,86 | 71,85 | 120,84 | 34,33 | 2,51 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 99/17 | Суп из овощей | 200 | 2,14 | 5,97 | 11,48 | 108,13 | 0,10 | 21,34 | | 2,00 | 30,80 | 51,54 | 21,58 | 0,80 |
| 247/06 | Кисель из концентрата на плодовых или ягодного, вит С | 200 | 0,11 | | 11,60 | 46,83 | 0,01 | 1,66 | | | 3,90 | 0,72 | 0,24 | 0,37 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,3 | 58,6 | 0,03 | | | | 5 | | | 0,28 |
| ТТК 280 | Шаньга домашняя | 100 | 8,54 | 7,58 | 59,59 | 340,68 | 0,13 | 0,06 | | 1,86 | 32,15 | 68,58 | 12,51 | 1,06 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|----------|---|----------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------|--------------|-------------|-------------|---------------|---------------|--------------|-------------|
| ДЕНЬ 8. | ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ | | 12,46 | 17,70 | 108,69 | 643,81 | 0,29 | 18,13 | 8,08 | 6,96 | 82,32 | 126,33 | 35,24 | 3,73 |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | |
| 103/17 | Суп картофельный с макаронными изделиями с курицей отварной | 200/15 | 2,87 | 2,96 | 20,79 | 121,24 | 0,13 | 16,50 | | 1,39 | 15,20 | 63,45 | 24,05 | 0,83 |
| 349/17 | Компот из смеси сухофруктов, вит С | 200 | 1,15 | | 20,01 | 84,60 | 0,03 | 1,63 | | | 47,85 | | | 1,79 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 | | | | 4,00 | | | 0,22 |
| 425/17 | Булочка дорожная | 100 | 6,92 | 14,58 | 58,05 | 391,09 | 0,11 | | 8,08 | 5,57 | 15,27 | 62,88 | 11,19 | 0,89 |
| ДЕНЬ 9. | ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ | | 13,03 | 20,32 | 127,05 | 743,15 | 0,27 | 18,46 | 0,00 | 7,81 | 122,27 | 102,10 | 26,91 | 3,88 |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | |
| 35/06 | Свекольник | 200 | 2,41 | 6,76 | 16,34 | 135,88 | 0,08 | 16,98 | | 2,30 | 43,20 | 36,92 | 15,23 | 1,50 |
| 348/17 | Компот из плодов или ягод сушеных (курага), вит С | 200 | 1,92 | 0,11 | 38,83 | 164,02 | 0,04 | 1,48 | | | 59,80 | | | 1,24 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 | | | | 4,00 | | | 0,22 |
| 424/17 | Булочка домашняя | 100 | 7,18 | 13,29 | 62,04 | 396,37 | 0,13 | | | 5,51 | 15,27 | 65,18 | 11,68 | 0,92 |
| ДЕНЬ 10. | ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ | | 9,25 | 5,31 | 79,76 | 403,73 | 0,27 | 11,50 | 0,00 | 2,12 | 75,00 | 81,66 | 30,14 | 3,24 |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | |
| 102/17 | Суп картофельный с бобовыми с курицей отварной | 200/25 | 5,47 | 4,83 | 19,06 | 141,55 | 0,18 | 11,50 | | 1,96 | 40,80 | 40,38 | 16,70 | 1,78 |
| 348/17 | Компот из плодов или ягод сушеных (изюм), вит С | 200 | 0,74 | 0,16 | 41,02 | 168,45 | 0,05 | | | 0,16 | 26,20 | 41,28 | 13,44 | 1,02 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 93,73 | 0,04 | | | | 8 | | | 0,44 |
| ДЕНЬ 11. | ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ | | 7,26 | 5,19 | 49,82 | 275,03 | 0,21 | 25,78 | 0,00 | 1,27 | 69,37 | 77,47 | 31,29 | 3,18 |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | |
| 97/17 | Суп картофельный с фрикадельками куриными | 200/20 | 4,59 | 5,03 | 19,97 | 143,55 | 0,16 | 24,15 | | 1,27 | 17,52 | 77,47 | 31,29 | 1,17 |
| 349/17 | Компот из смеси сухофруктов, вит С | 200 | 1,15 | | 20,01 | 84,60 | 0,03 | 1,63 | | | 47,85 | | | 1,79 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 | | | | 4,00 | | | 0,22 |
| ДЕНЬ 12. | ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ | | 11,79 | 18,57 | 101,66 | 620,79 | 0,28 | 18,18 | 8,08 | 6,83 | 44,22 | 130,10 | 38,03 | 2,57 |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | |
| 101/17 | Суп картофельный с крупой с курицей отварной | 200/10 | 2,48 | 3,75 | 17,25 | 112,55 | 0,13 | 16,52 | | 1,26 | 19,05 | 66,50 | 26,60 | 0,98 |
| 247/06 | Кисель из концентрата плодового или ягодного, вит С | 200 | 0,11 | | 11,60 | 46,83 | 0,01 | 1,66 | | | 3,90 | 0,72 | 0,24 | 0,37 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 | 0,03 | | | | 6 | | | 0,33 |
| 425/17 | Булочка дорожная | 100 | 6,92 | 14,58 | 58,05 | 391,09 | 0,11 | | 8,08 | 5,57 | 15,27 | 62,88 | 11,19 | 0,89 |
| ДЕНЬ 13. | ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ | | 8,05 | 16,29 | 79,78 | 498,10 | 0,13 | 10,50 | 0,00 | 1,91 | 34,27 | 27,46 | 8,19 | 1,29 |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | |
| 113/17 | Суп-лапша домашняя с курицей отварной | 200/10 | 2,85 | 5,03 | 14,76 | 115,68 | 0,05 | 1,50 | | 1,91 | 13,87 | 27,46 | 8,19 | 0,51 |
| 1008/13 | Напиток апельсиновый | 200 | 0,14 | | 25,17 | 101,21 | 0,01 | 9,00 | | | 5,82 | | | 0,12 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 | | | | 4,00 | | | 0,22 |
| ТТК 109 | Язычок слоёный | 50 | 3,54 | 11,10 | 30,01 | 234,33 | 0,05 | | | | 10,58 | | | 0,44 |
| ДЕНЬ 14. | ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ | | 6,33 | 6,36 | 66,43 | 348,23 | 0,19 | 27,77 | 0,00 | 2,01 | 99,95 | 61,08 | 25,65 | 2,58 |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | |
| 95/17 | Рассольник домашний с курицей отварной | 200/15 | 2,51 | 6,05 | 15,30 | 125,61 | 0,12 | 26,29 | | 2,01 | 35,15 | 61,08 | 25,65 | 1,06 |
| 348/17 | Компот из плодов или ягод сушеных (курага), вит С | 200 | 1,92 | 0,11 | 38,83 | 164,02 | 0,04 | 1,48 | | | 59,80 | | | 1,24 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,3 | 58,6 | 0,03 | | | | 5 | | | 0,28 |
| ДЕНЬ 15. | ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ | | 12,61 | 20,45 | 134,16 | 771,02 | 0,29 | 16,98 | 0,00 | 7,97 | 90,67 | 143,38 | 40,35 | 3,77 |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | |
| 35/06 | Свекольник | 200 | 2,41 | 6,76 | 16,34 | 135,88 | 0,08 | 16,98 | | 2,30 | 43,20 | 36,92 | 15,23 | 1,50 |
| 348/17 | Компот из плодов или ягод сушеных (изюм), вит С | 200 | 0,74 | 0,16 | 41,02 | 168,45 | 0,05 | | | 0,16 | 26,20 | 41,28 | 13,44 | 1,02 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 | 0,03 | | | | 6 | | | 0,33 |
| 424/17 | Булочка домашняя | 100 | 7,18 | 13,29 | 62,04 | 396,37 | 0,13 | | | 5,51 | 15,27 | 65,18 | 11,68 | 0,92 |
| ДЕНЬ 16. | ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ | | 5,70 | 6,40 | 48,58 | 274,52 | 0,16 | 18,45 | 0,00 | 2,04 | 37,80 | 68,85 | 23,99 | 1,80 |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | |
| 96/17 | Рассольник "Ленинградский" со сметаной с курицей отварной | 200/5/25 | 2,55 | 6,08 | 17,30 | 133,96 | 0,11 | 16,79 | | 2,04 | 25,90 | 68,13 | 23,75 | 0,99 |
| 247/06 | Кисель из концентрата плодового или ягодного, вит С | 200 | 0,11 | | 11,60 | 46,83 | 0,01 | 1,66 | | | 3,90 | 0,72 | 0,24 | 0,37 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 93,73 | 0,04 | | | | 8 | | | 0,44 |
| ДЕНЬ 17. | ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ | | 12,43 | 20,75 | 115,95 | 700,23 | 0,25 | 31,78 | 8,08 | 7,56 | 120,87 | 107,16 | 31,29 | 3,11 |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | |
| 88/17 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 200/5 | 2,07 | 5,90 | 9,23 | 98,24 | 0,08 | 30,30 | | 1,99 | 41,80 | 44,28 | 20,10 | 0,76 |
| 348/17 | Компот из плодов или ягод сушеных (курага), вит С | 200 | 1,92 | 0,11 | 38,83 | 164,02 | 0,04 | 1,48 | | | 59,80 | | | 1,24 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | 0,02 | | | | 4,00 | | | 0,22 |
| 425/17 | Булочка дорожная | 100 | 6,92 | 14,58 | 58,05 | 391,09 | 0,11 | | 8,08 | 5,57 | 15,27 | 62,88 | 11,19 | 0,89 |
| ДЕНЬ 18. | ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ | | 12,06 | 16,13 | 81,38 | 519,08 | 0,29 | 13,13 | 0,00 | 1,96 | 104,23 | 40,38 | 16,70 | 4,29 |
| | ОБЕД | | | | | | | | | | | | | |
| 102/17 | Суп картофельный с бобовыми с курицей отварной | 200/10 | 5,47 | 4,83 | 19,06 | 141,55 | 0,18 | 11,50 | | 1,96 | 40,80 | 40,38 | 16,70 | 1,78 |

