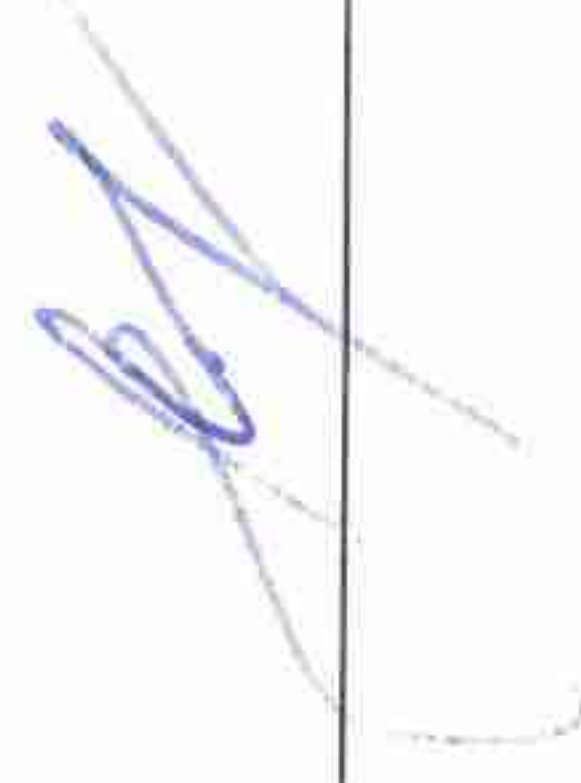


Согласовано:

МАОУ "Гимназия № 80"



А.В. Макарова

" 09 " 01 2023 г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Детское общественное питание - ДОП"



Е.В. Вахигова



" " " 2023 г.

**Меню для учащихся, получающих бюджетные средства на питание
в размере 20,00 руб. (завтрак)
(5 - 11 класс)**

Меню для учащихся, получающих бюджетные средства на питание в размере 20,00 руб. (завтрак)

Категории:

- Дети с прочими нарушениями здоровья, кроме заболеваний, относящихся к МКБ 10 IV E 44 и МКБ 10 IV E 45;
- Дети из неблагополучных семей, а также семей оказавшихся в трудной жизненной ситуации;
- Дети из многодетных семей.

№	Прием пищи,	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	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														
182/17	Каша молочная 5 злаков (жидкая) с маслом	200/5	8,33	10,61	50,36	330,25	0,2	1,38	0	0	153,37	2,87	40,04	1,56
411/16	Чай с сахаром	200	6,81	10,45	29,51	239,33	0,18	1,38			149,37	2,87	40,04	1,3
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	44,04	0,02				4			0,04
						46,88								0,22
ДЕНЬ 2. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ														
14/17	Масло (порциями)	5	7,95	11,86	53,94	354,25	0,1	1,38	72	0,65	145,74	32,65	5,76	0,77
181/17	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/5	0,07	3,08	0,09	28,28			40	0,1	2,9	3,5	0,1	0,03
411/16	Чай с сахаром	200	6,36	8,62	33	235,05	0,08	1,38	32	0,55	138,84	29,15	5,66	0,48
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	44,04	0,02				4			0,04
						46,88								0,22
ДЕНЬ 3. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ														
14/17	Масло (порциями)	5	4,92	7,1	49,99	283,46	0,32	0	40	0,1	22,28	211,85	138,75	4,95
304/17	Рис отварной	150	0,07	3,08	0,09	28,28			40	0,1	2,9	3,5	0,1	0,03
411/16	Чай с сахаром	200	3,33	3,86	29,05	164,26	0,3				15,38	208,35	138,65	4,66
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	44,04	0,02				4			0,04
						46,88								0,22
ДЕНЬ 4. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ														
15/17	Сыр (порциями)	10	9,8	6,7	44,43	277,23	0,11	0,28	20	0,82	115,64	45,61	8,21	0,38
309/17	Макаронные изделия отварные	150	2,6	2,65	0,35	35,65		0,28			100,5			0,09
411/16	Чай с сахаром	200	5,68	3,89	23,23	150,66	0,09		20	0,82	11,14	45,61	8,21	0,03
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	44,04	0,02				4			0,04
						46,88								0,22
ДЕНЬ 5. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ														
312/17	Пюре картофельное	100	3,72	2,88	35,49	182,67	0,15	20,7	0	0	37,58	60,9	23,6	1,26
411/16	Чай с сахаром	200	2,2	2,72	14,64	91,75	0,13	20,7			33,06	60,9	23,6	1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	44,04	0,02				0,52			0,04
						46,88					4			0,22

ДЕНЬ 6. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ														
93/17	Каша "Дружба" с маслом	200/5	8,77	10,61	49,65	329,17	0,13	15,07	40	0,22	104,18	71,29	23,64	1,05
411/16	Чай с сахаром	200	7,25	10,45	28,8	238,25	0,11	0,95	40	0,22	99,66	71,29	23,64	0,79
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02				0,52			0,04
ДЕНЬ 7. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ														
302/17	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,87	5,68	42,15	251,2	0,32	0,15	21	0,6	19,9	208,35	138,65	4,92
411/16	Чай с сахаром	200	6,35	5,52	21,3	160,28	0,3	0,15	21	0,6	15,38	208,35	138,65	4,66
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02				0,52			0,04
ДЕНЬ 8. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ														
99/06	Каша кукурузная молочная (жидкая) с маслом	200/5	4,45	3,95	44,25	230,35	0,02	0	0	0	102,08	1,75	0,05	1,18
411/16	Чай с сахаром	200	2,93	3,79	23,4	139,43					97,56	1,75	0,05	0,92
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02				0,52			0,04
ДЕНЬ 9. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ														
15/17	Сыр (порциями)	10	2,6	2,65	0,35	35,65		0,28			100,5			0,09
309/17	Макаронные изделия отварные	150	5,68	3,89	23,23	150,66	0,09		20	0,82	11,14	45,61	8,21	0,03
411/16	Чай с сахаром	200			11,01	44,04								0,04
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02				4			0,22
ДЕНЬ 10. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ														
143/17	Рагу из овощей	150	8,33	11,01	54,64	350,92	0,1	17,83	0	0	57,08	64,28	23,23	1,12
411/16	Чай с сахаром	200	6,81	10,85	33,79	260	0,08	17,83			53,08	64,28	23,23	0,86
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02				4			0,04
ИТОГОВАЯ ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ПЕРИОД														
			73,94	77,1	469,33	2866,73	1,56	42,95	213	3,21	873,49	745,16	410,14	17,57
СРЕДНЯЯ ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ПЕРИОД														
			3,697	3,855	23,4665	143,3365	0,078	2,1475	10,65	0,1605	43,6745	37,258	20,507	0,8785