

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МБОУ _____
муниципального образования Красноперекопского района
Республики Крым

" _____ " _____ 2024 г.

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор ООО
"Комбинат школьного питания"
"КОМБИНАТ
ШКОЛЬНОГО
ПИТАНИЯ"
"18" ноября 2024 г.
О.А. Высоцкая
ИНН 910700530
ОГРН 1159102006843

Основное(организованное) меню

для одноразового бесплатного горячего питания обучающихся,
получающих начальное общее образование в
муниципальных бюджетных общеобразовательных учреждениях Красноперекопского района
Республики Крым

(завтрак)
2024 год

ПР Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,30
ПР Хлеб ржаной	20	1,38	0,24	8,48	42,80	0,04			5,40	24,60	9,20	0,70
376 Чай с сахаром	180	0,06	0,02	12,60	50,20	0,00	0,03	0,00	9,30	2,34	1,20	0,23
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК :	530	17,23	19,47	75,12	545,92	0,31	14,69	0,71	132,45	270,74	78,20	4,08

День: 10- пятница

Неделя: вторая

Сезон: осень-зима

Возрастная категория: 7-11 лет

Завтрак

№ зец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
45	Овощи	60	0,8	1,9	3,8	36	0,01	11,3		3	17,3	16,7	17	0,3		
278	Тефтели с соусом	110	8,13	9,01	10,72	157,00	0,06	0,78	35,75	0,55	40,24	97,80	19,80	0,88		
303	Каша рисовая вязкая	150	3,70	7,70	26,00	188,00	0,02		20,00	0,20	5,30	57,50	18,00	0,38		
ПР Хлеб пшеничный		30	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,30			
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,04	132,80	0,01	0,73	10,00	0,20	32,48	23,44	17,46	0,08		
338	Фрукты свежие	110	0,40	0,40	9,80	47,00	0,02	10,00		0,20	16,00	11,00	9,00	2,20		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК :		660	16,06	19,40	96,85	630,94	0,15	22,81	65,75	4,54	118,22	232,54	91,16	4,14		

Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
	Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
5545	199,03	224,73	842,09	6320,09	2,88	191,94	4994,94	33,80	2540,30	3518,69	880,98	55,62		
ИТОГО ЗА 10 ДНЕЙ														

Наименование сборника рецептов :

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.-М.:Де Ли принт ,2011.-544 с.

Для приготовления горячих блюд используется йодированная соль.

Планируется витаминизация прохладительных напитков аскорбиновой кислотой.

Директор ООО "Комбинат школьного питания"



реп.	наименование блюда	порции				какая ценность (ккал)	B1	C	A	E	(мг)				
		Б	Ж	У	Y						Ca	P	Mg	Fe	
73	Овощи	0,82	2,16	4,36	40,14	0,01	1,4		0,01	27,3	16,7	5,43	0,22		
96	Рассольник ленинградский со сметаной	1,75	4,82	9,76	96,3	0,07	6,7		1,87	26,7	47,5	19,6	0,75		
270	Котлеты московские	8,2	15,2	6,19	204,4	0,05	0,5	6,8	1,2	15,3	81,4	12,8	1,5		
203	Макароны отварные	5,64	6,00	31,47	202,24	0,07	0,20	20,00	1,35	12,54	38,82	8,40	0,84		
ПР	Хлеб пшеничный	2,37	0,3	14,49	70,14	0,03	0	0	0,39	6,9	26,1	9,9	0,3		
348	Компот	0,66	0,09	32,04	132,8	0,016	0,73	10	0,2	32,48	23,44	17,46	0,1		
	ИТОГО ЗА ОБЕД:	19,44	28,57	98,31	746,02	0,25	9,53	36,80	5,02	121,22	233,96	73,59	3,71		

День: 10- пятница

Неделя: вторая

Сезон: осень-зима

Возрастная категория: 7-11 лет

обед

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества				
		Б	Ж	У	Y		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe		
70	Овощи	0,24	0,03	0,51	3	0,01	1,05		0,01	6,9	7,2	4,2	0,18			
103	Суп картоф. с макарон.изделиями	2,15	2,27	13,96	94,6	0,09	6,6		1,12	23,36	54,08	21,82	0,88			
301	Кнели куриные	8,9	13,2	3,4	168	0,04	0,98	69,6	0,26	38,4	58,4	9,7	0,84			
303	Каша гречневая вязкая	4,73	5,17	21,2	150,35	0,1			0,4	8,7	112,5	74,4	2,5			
ПР	Хлеб пшеничный	2,37	0,3	14,49	70,14	0,03	0	0	0,39	6,9	26,1	9,9	0,3			
ПР	Хлеб ржаной	2,07	0,36	12,72	64,2	0,06				8,1	36,9	13,8	1,05			
348	Компот	0,66	0,09	32,04	132,8	0,016	0,73	10	0,2	32,48	23,44	17,46	0,1			
	ИТОГО ЗА ОБЕД:	21,12	21,42	98,32	683,09	0,35	9,36	79,60	2,38	124,84	318,62	151,28	5,85			

Для приготовления горячих блюд используется йодированная соль.

Планируется витаминизация прохладительных напитков аскорбиновой кислотой.

Масса порций	Пищевые вещества	Энергетическая ценность	Витамины (мг)					Минеральные вещества				
			B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe		
7250	7250	7395,36	4,068	203,53	3385	48,8	1561,6	3374,5	1163,82	67,13		
ИТОГО	ИТОГО ЗА ОБЕД:	7395,36	4,068	203,53	3385	48,8	1561,6	3374,5	1163,82	67,13		

Директор ООО "Комбинат школьного питания"

ПИТАНИЕ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ

№ 7

24.11.15 9:10:05:304

1020006843

1159

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МБОУ _____
муниципального образования Красноперекопского района
Республики Крым

" _____ " _____ 2024 г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор ООО
"Комбинат школьного питания"
отвественностью
"КОНЪИНКАТ
ШКОЛЬНОГО
ПИТАНИЯ"
"18" ноября 2024 г.

О.А. Высоцкая



Основное(организованное) меню

Для организации питания учащихся 1-4 классов льготных категорий
в муниципальных бюджетных общеобразовательных учреждениях Красноперекопского района
Республики Крым

(обед)
2024 год