

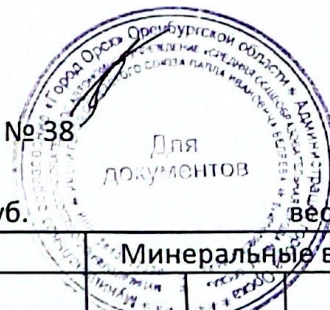


Утверждено
Директор ООО кафе "Орск"
Исаева И.П.

Примерное меню на питание уч-ся ! 5-11 кл.

Согласовано
Директор МОАУ СОШ №38
Холодова Г.А.

26.05.-26.05.2025 г. 92,60 руб.



Для
документов

весенний период

	Наименование блюд завтрак дети 12-18 лет	Вес	Пищевая ценность			к/кал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецеп.
			Белки	Жиры	Углеводы		A	B1	C	B	Ca	P	Mg	Fe	
Понедельник	икра кабачковая	100	2,2	7,6	11,4	128	0	0,03	29	19,4	34,2	21,5	11,8	0,9	№77
	тефтели из мяса гов.	100	15,4	18,3	16,2	294	0	0,02	20,32	19,13	24,84	21,27	11,89	0,38	№461
	каша гречневая рас.	180	5,4	8,1	26,8	205,2	0	0,08	1,15	27,64	25,57	222	51,31	2,61	№508
	кофейный напиток	200	2,5	3,6	28,7	152	20	0,03	0,52	0,14	116,6	83,7	13,3	0,11	№805
	хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	15,03	68,17	0	0,48	0	0,2	7,2	63,6	10,2	0,6	Промыш.
	Итого	610	27,9	37,9	98,13	847,4	20	0,64	50,99	66,51	208,4	412,1	98,5	2,59	



Утверждено
Директор ООО кафе "Орск"
Исаева И.П.

Согласовано
Директор МОАУ СОШ №38
Холодова Г.А.



Примерное недельное меню на организацию
питания учащихся 7-11 лет 26.05.-26.05.2025 г.

71.47 руб.

весенний период

Но-мер реци	Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Вы-ход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг				Витамины, мг				
			всего	всего			Ca	Mg	Р	Fe	А	В	В ₁	РР	С
	Завтрак 1 день														
366	Запеканка творожная со сгущенным молоком	60	16,08	13,08	18,6	292,80	136,06	19,07	177,22	0,62	51,18	33,44	0,04	0,33	0,23
Пром	Блинчик с вареной сгущенкой	100	4	5,5	27	123,00	22	4,8	76,8	1	100	0,18	0,03	0,08	0
685	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58,00	0,2	0	0	0,2	0	0	0	0	0
168	Каша молочная ячневая	140	2,2	3,1	11,5	93,00	23,4	12,6	15,4	3,88	0	0,04	0,03	0,42	14
	Итого за день	500	22,48	21,68	72,1	566,80	181,66	36,47	269,42	5,7	151,18	33,66	0,1	0,83	14,23