

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ «О(С)ОШ»
 _____ О.А. Наумова

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ «СОШ № 38»
 _____ Я.Т. Сорохманюк

Меню питание малообеспеченных
 « _____ » _____ 20__ г.

№ рецепт блюда	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн.ц	Витамины (мг)				Минеральные Вещества (мг)				Стоимост ь
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
340	Омлет натуральный с м/сл	200/7	15	25.1	2.85	298	0.14	0.7	0.03	7	223	389	28.8	4.6	29,80
694	Какао с молоком сгущенным	200	4.7	5	31.8	187	0.02	1.6	0.02	0.1	153	128	9.4	0.3	9.87
696	Масло сл. порциями	10	0.01	8.3	0.06	77	0.01	0	0.4	0.1	2.4	3	0.4	0.2	3.52
ТТК	Батон	50	3.75	1.45	25.7	131	0.055	0	0	1.25	46	33.5	6.5	0.6	4.15
	ИТОГО		14.76	24.15	97.16	691	0.176	11.6	0.42	2.15	424.4	501.5	81.4	5.2	60,0

Зав.производством «ИП Рузибаева» Н.И. Попова _____

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ «О(С)ОШ»
 _____ О.А. Наумова

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ «СОШ № 38»
 _____ Я.Т. Сорохманюк

Меню питание малообеспеченных
 « _____ » _____ 20__ г.

№ рецепт блюда	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн.ц	Витамины (мг)				Минеральные Вещества (мг)				Стоимость
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
576	Помидор свежий	100	1.1	0.2	3.8	28	0.06	25	0	0.4	14	26	20	0.9	9,6
436	Жаркое по домашнему	180/50	10,9	7,35	26,2	367,4	0,1	21,2	0,02	0,4	204	264,9	39,6	2,9	37,3
631	Компот из свежих яблок	200	0.2	0	35.8	142	0.009	1.3	0.01	0.02	5.4	3.4	2.9	0.8	9,5
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный	50	3.9	0.7	18.2	105	0.1	0	0.05	1.15	15.5	97	8.5	2.3	1.20
ТТК	Хлеб пшеничный	100	7.6	0.8	37.6	236	0.12	0	0	1.1	92	65	14	1.1	2.40
	ИТОГО		25,7	12,25	134,7	964,4	0,419	52,3	0,48	3,35	322	607,8	99	9	60,0

Зав.производством «ИП Рузибаева» Н.И. Попова _____

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ «О(С)ОШ»
 _____ О.А. Наумова

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ «СОШ № 38»
 _____ Я.Т. Сорохманюк

Меню питание малообеспеченных
 « _____ » _____ 20__ г.

№ рецепт блюда	Прием пищи Наименование блюда	Масса порци и	Пищевые вещества (г)			Эн.ц	Витамины (мг)				Минеральные Вещества (мг)				Стоимость
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
576	Огурец свежий	100	0,8	0,1	2,6	14	0	2,8	0,03	0,03	23	24	14	0,6	8,4
511	Рис отварной	180	4,5	7,4	36,3	213	0,09	0	0	0	18,3	69,4	7,7	1,3	5,2
451	Котлета из говядины с маслом	100/10	10,8	18,9	11,1	176	0,6	2,4	0,2	0,1	10,5	171,1	22,2	1,5	35,86
638	Компот из плодов или ягод сушеных	200	1,2	0	31,6	126	0,007	0,8	0,01	0	12	11,1	7,1	0,3	7,2
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,9	0,7	18,2	105	0,1	0	0,05	1,15	15,5	97	8,5	2,3	1,20
ТТК	Хлеб пшеничный	100	7,6	0,8	37,6	236	0,12	0	0	1,1	92	65	14	1,1	2,14
	ИТОГО		28,8	27,9	137,4	870	0,809	6	0,29	2,38	117,3	437,6	73,5	7,1	60

Зав.производством «ИП Рузибаева» Н.И. Попова _____
 УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ «О(С)ОШ»
 _____ О.А. Наумова

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ «СОШ № 38»
 _____ Я.Т. Сорохманюк

Меню питание малообеспеченных
 « _____ » _____ 20__ г.

№ рецепт блюда	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн.ц	Витамины (мг)				Минеральные Вещества (мг)				Стоимос ть
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
ТТК	Икра кабачковая	100	2	9	0	56	0,02	7	0	3,1	41	37	15	0,7	3,15
487	Курица отварная с м/сл	100/10	15,7	8,9	0,4	144	0,08	6,9	0,1	0,12	16,9	201,1	43,9	2,4	32,7
332	Макароны отварные	180	6,3	7,4	67,3	264,6	0	1,2	0	6,7	7	68,5	6	0,6	3,85
ТТК	Сок в инд.упаковке	200	1,2	0	21,6	126	0,02	8	0,02	0,8	20	18	10	0,2	19,85
ТТК	Хлеб ржано- пшеничный	50	3,9	0,7	18,2	105	0,1	0	0,05	1,15	15,5	97	8,5	2,3	1,20
ТТК	Хлеб пшеничный	100	7,6	0,8	37,6	236	0,12	0	0	1,1	92	65	14	1,1	2,4
	ИТОГО		34,7	17,8	145,1	875	0,32	16,1	0,17	9,87	151,4	449,6	82,4	6,6	60

Зав.производством «ИП Рузибаева» Н.И. Попова _____

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «О(С)ОШ»

_____ О.А. Наумова

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ № 38»

_____ Я.Т. Сорохманюк

Меню питание малообеспеченных

« _____ » _____ 20__ г.

№ рецепт блюда	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн.ц	Витамины (мг)				Минеральные Вещества (мг)				Стоимость
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
ЗАВТРАК															
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Таб.4	Каша рисовая с м/сл.	200/10	5.8	9.2	31.8	240	0.16	0.4	0	1.6	306	44	42	1.4	12.30
692	Кофейный напиток	200	4.2	4.6	26.5	159	0.01	0.1	0	0	28	48	0	0	7.12
ТТК	Сыр в инд. упаковке 5.5%	20	7.6	7.6	9.7	105	0.09	0.84	0.09	0.09	301.5	162	15	0.27	14,93
ТТК	Батон	50	3.75	1.45	25.7	131	0.055	0	0	1.25	46	33.5	6.5	0.6	4.15
627	Яблоко	100	0.3	0	8.6	40	0	10	0	0	16	11	9	2.2	21.50
	ИТОГО		21.65	22.85	102.3	675	0.234	11.34	0.09	2.94	697.5	598.5	72.5	4.47	60,0

Зав.производством «ИП Рузибаева» Н.И. Попова _____

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «О(С)ОШ»

_____ О.А. Наумова

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ № 38»

_____ Я.Т. Сорохманюк

Меню питание малообеспеченных

« _____ » _____ 20__ г.

№ рецепт блюда	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн.ц	Витамины (мг)				Минеральные Вещества (мг)				Стоимость
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Таб.4	Пудинг из творога	150/15	18	14.6	17.2	316									41,85
694	Чай с сахаром	200	0.2	0	15	58									2.50
ТТК	Сыр в инд. упаковке 5.5%	20	7.6	7.6	9.7	105	0.09	0.84	0.09	0.09	301.5	162	15	0.27	11.50
ТТК	Батон	50	3.75	1.45	25.7	131	0.055	0	0	1.25	46	33.5	6.5	0.6	4.15
	ИТОГО		29.5	23.65	67.6	610									60,0

Зав.производством «ИП Рузибаева» Н.И. Попова _____

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ «О(С)ОШ»
 _____ О.А. Наумова

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ «СОШ № 38»
 _____ Я.Т. Сорохманюк

Меню питание малообеспеченных
 « _____ » _____ 20__ г.

№ рецепт блюда	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн.ц	Витамины (мг)				Минеральные Вещества (мг)				Стоимость
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
520	Пюре картофельное	180	3.8	8.1	26.3	196	0.08	16	0.05	1.6	28.3	74.4	24.1	0.9	10,54
448	Бифштекс из говядины с маслом/сл	100/10	10.8	18.9	11.1	176	0.6	5.4	0.2	0.1	10.5	171.1	22.2	1.5	30.46
ТТК	Сок в инд.упаковке	200	1.2	0	21.6	126	0.02	8	0.02	0.8	20	18	10	0.2	16.30
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный	50	3.9	0.7	18.2	105	0.1	0	0.05	1.15	15.5	97	8.5	2.3	1.20
ТТК	Хлеб пшеничный	100	7.6	0.8	37.6	236	0.12	0	0	1.1	92	65	14	1.1	1.50
	ИТОГО			28,5	114,8	839	0,92	29,4	0,27	4,75	166,3	425,5	78,8	6,5	60,0

Зав.производством «ИП Рузибаева» Н.И. Попова _____

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ «О(С)ОШ»
 _____ О.А. Наумова

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ «СОШ № 38»
 _____ Я.Т. Сорохманюк

Меню питание малообеспеченных
 « _____ » _____ 20__ г.

№ рецепт блюда	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн.ц	Витамины (мг)				Минеральные Вещества (мг)				Стоимость
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
576	Огурец свежий	100	0.8	0.1	2.6	14	0	2.8	0.03	0.03	23	24	14	0.6	10.28
520	Гречка отварная	180	10.4	9.4	51.1	334	0.1	2.1	0.01	1.7	68.4	112.3	56.1	1.9	7,15
448	Курица тушенная в сметанном соусе	100/10	11.7	1	5.7	168	0.09	6.9	0.2	0.15	22.5	252	58.5	3.2	27,57
ТТК	Сок в инд.упаковке	200	1.2	0	21.6	126	0.02	8	0.02	0.8	20	18	10	0.2	16.30
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный	50	3.9	0.7	18.2	105	0.1	0	0.05	1.15	15.5	97	8.5	2.3	1.20
ТТК	Хлеб пшеничный	100	7.6	0.8	37.6	236	0.12	0	0	1.1	92	65	14	1.1	1.50
	ИТОГО		31,8	14	36,4	983	0,43	19,8	0,89	4,93	241,4	568	161,1	9,3	60,0

Зав.производством «ИП Рузибаева» Н.И. Попова _____

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ «О(С)ОШ»
 _____ О.А. Наумова

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ «СОШ № 38»
 _____ Я.Т. Сорохманюк

Меню питание малообеспеченных
 « _____ » _____ 20 ____ г.

№ рецепт блюда	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн.ц	Витамины (мг)				Минеральные Вещества (мг)				Стоимость
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
366	Запеканка из творога	200/25	27	23.9	24.7	431	0.108	6.3	0.16	1.62	297	428	35.46	1.16	40,2
686	Чай с лимоном	200/15/7	0.3	0	15.2	60	0	1.1	0	0	8	0.4	3	0.4	4.15
ТТК	Сыр в инд. упаковке 5.5%	20	7.6	7.6	9.7	105	0.09	0.84	0.09	0.09	301.5	162	15	0.27	11.50
ТТК	Батон	50	3.75	1.45	25.7	131	0.055	0	0	1.25	46	33.5	6.5	0.6	4.15
	ИТОГО		38.65	32.95	75.3	727	0.172	8.24	0.28	2.96	652.5	623.9	59.96	2.43	60,0

Зав.производством «ИП Рузibaева» Н.И. Попова _____

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ «О(С)ОШ»
 _____ О.А. Наумова

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ «СОШ № 38»
 _____ Я.Т. Сорохманюк

Меню питание малообеспеченных
 « _____ » _____ 20 ____ г.

№ рецепт блюда	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн.ц	Витамины (мг)				Минеральные Вещества (мг)				Стоимость
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
515	Горошек зеленый	100	3	3.9	6.3	124	0	5.6	0.06	0	46	48	28	0.9	
332	Макароны отварные	180	6.3	7.4	67.3	264.6	0	1.2	0	6.7	7	68.5	6	0.6	8,73
413	Сосиска отварная с м/сл	20/10	11.3	14.7	1.9	151	0.19	4.3	0	35	335	359	20	1.8	5.15
638	Компот из плодов или ягод сушеных	200	1.2	0	31.6	126	0.007	0.8	0.01	0	12	11.1	7.1	0.3	34.17
ТТК	Хлеб ржано-пшеничный	50	3.9	0.7	18.2	105	0.1	0	0.05	1.15	15.5	97	8.5	2.3	1.20
ТТК	Хлеб пшеничный	100	7.6	0.8	37.6	236	0.12	0	0	1.1	92	65	14	1.1	1.50
	ИТОГО		33,3	37,4	210,6	264	0,537	11,9	0,12	43,95	521	710,9	104	1,83	60,0

Зав.производством «ИП Рузibaева» Н.И. Попова _____