

Согласовано

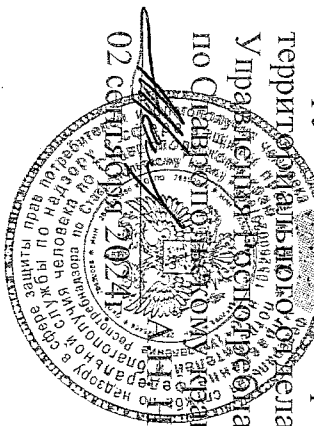
И.о. руководителя межрайонного

территориального отдела

Управления по контролю за соблюдением

по Сельскохозяйственному участку №1

02 сентября 2024 г. И.о. заместителя



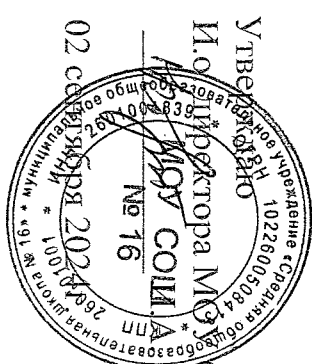
Перспективное 14-дневное меню и пищевая ценность

приготовляемых блюд школьных завтраков и обедов

для обучающихся из малообеспеченных семей

МОУ «Средняя общеобразовательная школа №16»

на 2024 – 2025 учебный год



Утверждено
И.о. директора МОУ СОШ №16
№ 16
02 сентября 2024 г.

2 День

[illegible][illegible]

№	Наименование блюда	Выход (гр.)	Б	Ж	У	Ккал	Витамины					Минеральные		Mg	Fe
							В1	С	А	Е		Са	Р		

3 день

Завтрак															
211	омлет с сыром	150	13,05	23,24	2,47	271,04	0,1	0,25	30,7	0		96,47	211,27	2,70	2,47
	горошек зеленый														
306	консервированный отварной	60	1,6	0,1	3,2	19,4	0,1	5	0	0,6		10	31	10,5	0,4
	кондитерские изделия (пряники)	50	1,5	0,5	21	96	0,04	10	0	0,01		8	82	42	0,6
379	кофейный напиток с молоком	200	3,1	2,4	17,2	103,5	0	1,3	0	0		62,1	53,5	18,7	0,3
1	хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	38,2	169	0	0	0	0,7		5,6	27	10,8	0,8
	яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,9	47	0,3	0	0	8		26	12,28	0,72	0,12
Итого:		530	22,85	27,04	91,97	602,44	0,54	16,55	30,7	9,31		208,17	417,05	85,42	4,69

4 день

Завтрак															
73	икра кабачковая	60	1,64	4,32	8,73	80,27	0,03	2,81	0	0		54,55	33,48	23,98	0,54
229	Рыба, тушеная с овощами	90	8,72	4,73	3,04	94,4	0,05	3,29	4,24	0,02		30,73	105,48	23,98	0,54
310	Картофель отварной	150	2,86	4,32	23,01	142,28	0,16	20,99	0	0,012		14,64	79,69	29,31	1,16
354	Кисель из сухофруктов	180	0,09	0	24,21	99,18	0	2,7	0	0		4,5	13,68	8,19	0,09
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	38,2	169	0	0	0	0,7		5,6	27	10,8	0,8
	яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,9	47	0,3	0	0	8		26	12,28	0,72	0,12
Итого:		620	16,91	14,17	107,09	632,13	0,54	29,79	4,24	8,732		136,02	271,61	96,98	3,25

[illegible]

[illegible]

[illegible]

--	--

--	--

1

[illegible]

1

[illegible]

13 день

[illegible][illegible]

[illegible]

Меню составлено согласно
нормативных документов:

1. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех общеобразовательных учреждениях (сборник технических нормативов) / под редакцией Тутельяна В.А.,
2. Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания. Скурихин И.М., Тутельян В.А. - Москва, 2015г.