Утверждаю:

ООО «Вкуснодел»

Генеральный директор

менлым. Землянская

2019 г.

«ВКУСНОДЕЛ»

Согласовано:

MOY «COULNO 2 »

Директор

Мижаньчук В.П..

2019г.

Согласовано:

Начальник Территориального отдела

Управления Роспотребнадзора

по Иркутской области в г. Зиме и

Зиминском районе г.Саянске

Крайнева Т.А.

20 " ieneaper 2020

Примерное 24-ех дневное меню трёхразового горячего питания на осенне-зимний и весенний период для обучающихся с 7-ми и до 11-ти лет.

Пищевая ценность блюд для пищеблоков, работающих на полуфабрикатах высокой степени готовности. День: Понедельник Неделя: Первая

Сезон: осенне-зимний и весенний Возрастная категория: с 7 лет до 11 лет

No	гная категория: с 7 лет до 11 лет	1 11					1					,		14			19/	_
petterit	Прием пиши, наименование блюда	Масса порции, г	Пиш	евые вещ	ества, г	Энергетическая ценность		Ви	тамины,	MI				Минера	льные веп	цества, мг	A CAR	УСН
			5	Ж	У	Ккал	Bi	B2	C	A	E	Ca	Р	Mg	Fe	Zn	1	JY (H
1	3ABTPAK	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1.3	14	15	16	17	18	
	<u> </u>		1	-	-	<u> </u>					-						10 F	
151 mm	Биточки из говядины говядина 1 кат охлажденная	105	11,79	8,56	7.11	151	0,06	0,11	0.285	0.00495	0.631	28,04	140,389	19,345	0,921	1.966	0,000	
	Масло растительное	100		-	-			+		-		-	-	-	-		13	
	Соус томатный	30	0.14	1,22	1,1	16	0.00321	0.00182	0.15	0.03	0.0402	1.01	3.88	0.89	0.03	0.0135	0,00009	PEDERALINA
	Мука ппленичная в/с	1,3	1	1,000	1 1	10	U.00321	0.09102	0.13	0,03	F 0,0402	1.01	2,00	0.89	0,03	0.0133	0,0009	дераци
	Томатная паста	7.5										-	-	-				114
587	Морковь свежая	1.8										-		1				
	Лук репатый	0.6																
	Масло сливочное	1.3	-		-													
	Сахар песок	0.3	-		+ +	-		-		-	-							
	Масло растительное Рис припушенный	130	5.4	7.4	400	112	6.00	0.04		+		-	-		-	-		
512	крупа рис	46	4.4	7,4	46.2	116	0,03	0,02	0	0.0167	0.364	5,3	70,62	3,26	0,46	0,644	0.0046	4
	масло сливочное	6.75				 			-	+		-	+			-		-
пп	Печенье	20	1.5	2.30	14,88	87	0,01	0,01	0	0		8,6	24,4	4,4	0.36	0.	0	-
пл	Хлеб пленичный	50	3,95	0.5	24.03	119	0,01	0.025	0	0.0005	0.98	11,5	42	16,5	0.9	0,3675	0	-
686	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0.3	0	15,2	60	0,003	0,0014	2,8	0.0007	0,78	2.8	1,54	0.12	0,021	0,0084	0	4
	Чай	0,4							7.17	1 2,000		407	1,00	U.S.A.	0,021	0,0004	- U	
	сахар песок	15																
	лимон свежий	7			-													
	Итого		22,08	20,04	108,52	549	0,18621	0,16822	3,235	0,05285	2,0152	57,25	282,829	44,515	2,692	2,9994	0,00969	25%
	ОБЕД																	
124	Щи из свежей капусты со сметаной	200/10	1,53	6.36	6,24	92	0,074	0,089	14,25	0,26	0,67	52,12	96,46	16,76	0,622	0,346	0,0028	
	картофель	24	1		+			-		+	-	-	-	-	-	-		-
	капуста свежая	40														-		-
	лук регичатый	8			1								1					
	морковь свежая	8								1						1		1
	масло растительное	4																-
	enorming to a notice	10																
151 mm	Шницель из говядины	80	11,79	8,56	7,11	151	0.06	0.11	0,285	0.00495	0.631	28.04	140,389	19,345	1,56	1,966	0,005	
101 11.11	говядина 1 кат. охлажденная	105																
518	Масло растительное Картофель отварной	150	2.07	0.73	21.65	122		-					-					
310		150	3,07	0,63	21,65	120	0,064	0,08	10,2	0,032	0,06	160	102,56	21,2	1,2	0,576	0,008	
	картофель	160	-															
П/П	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,24	96	0,064	0,02	0	0,0004	0,784	9,2	33,6	13,2	0.72	0,294	0	
	Хлеб ржано-пшеничный Кисель из плодово-ягодного концентрата	200	2.64	0.48	13,68	72	0,072	0,032	0	0,004	0,88	14	63.2	18,8	1,56	0,48	0,002	
	кисель из плодово-ягодного концентрата	200	1	0	27,4	112	0,2	0	8	0	0	40	36	20	0,4	0	0	
п/п	кисель концентрированный	2.4								-			-	-				-
	сахар песок	10																
	лимоная кислота	0,2												-				1
п/п	Кукуруза сахарная консервированная	20	1,66	1,57	14,32	79,33	0	0	0	0	0,13	0	0,067	0	0	0	0	
	Итого:		24,85	18	109,64	722,33	0,534	0,331	32,735	0,30135	3,155	303,36	472,276	109,305	6,062	3,662	0,0178	33%
	полдник		1100		202,01	722,00	0,054	0,001	34,130	0,50155	3435	303,30	4/2,2/0	109,303	0,002	3,002	0,0178	3376
	Елины с маслом сливочным	60/3	4,66	4,17	20,58	265	0,006	0,019	0,63	0,052	0,9	52,31	112,34	0,14	0,23	0,315	0,0061	
	Мука пшеничная в/с	30	-														0.000000	-
	Сахар-песок	1											-					-
727	Молоко свежее (2,5%;3,5% жир)	62																1
	Яйцо кур 1 категории	5,3				250									12-41-11-11-11-1			1
	дрожжи хлебопекарные	2																
	Масло растительное	8	PAUM	300 A														1
100	масло сливочное	10	06P/	3054	1/4													
697	Молоко кипяченое	2000	5,60	346:44	9.4	116	0,08	0.2	3	0,06	0,4	240	180	28	0,12	0,8	0,0356	
-	Итого:	1/0000	10,26			381	0,08	0,2	3,63	0,112	1,3	292,31	292,34	28,14	0,35	1,115	0,0417	17%
	Bcero:	No 3	1 57,19	48,61	248,14	1652,33	0,80	1,20	39,60	0,56	6,47	824,00	1374,00	181,96	9,10	7,78	0,07	75%

Директор МОУ "СОШ № 2"___/

Сезон: осенне-зимний и весенний Возрастная категория: с 7 лет до 11 лет Ответственный за организацию горячего пизний в МОУ СОШ г.Саянска: Генеральный директор ООО Вкуснодел _______Землянская Л.М.

No	ная категория: с 7 лет до 11 лет	Macca	T			Juantariusaraa						1				0 9	<i>y g</i>	1
ецепт.	Прием пищи, наименование блюда	порции, г		цевые веще		Энергетическая ценность			Витамины,					Минеральні				
			Б	Ж	У	Ккал	B1	B2	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	Zn	I	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	
	ЗАВТРАК				0.10													
0 -/-	Котлеты из мяса кур	80	1,77	11,51	8,43	145	0,072	0,032	0,312	0,00567	0,302	32,7	132,84	5,07	0,0236	0,954	0,002	
9 11/11	мясо кур охлажденное	105	-														-	
	масло растительное Соус томатный	30	0.14	1.22	1.1	16	0,00321	0,00182	0.15	0.03	0,0402	1,01	3,88	0.89	0.03	0,0135	0,00009	
1	Мука пшеничная в/с	1.3	0,14	1,22	1,1	10	0,00321	0,00182	0,15	0,03	0,0402	1,01	3,88	0,89	0,03	0,0133	0,00009	
,	Томатная паста	7,5																
	Морковь свежая	1,8										+			-			
587	Лук репатый	0,6																
,	Масло сливочное	1,3										1						
,	Сахар песок	0.3				*								-				
	Масло растительное	0,3																
516	Макароны отварные	130	4,446	7,93	29,64	194,57	0,069	0,019	0	0,011	0,29	4,59	39,494	0,1127	0,27	0,274	0,00044	
,	макаронные изделия	44,2						LI DE CONTRACTOR		110000000000000000000000000000000000000								
1	масло сливочное	4,3																
	Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57	0	0,01	0.01	0	0	5,25	8.24	4.4	0,86	0	0	
693	Чай	0,4	7,1		10101	-		0,01	0,0.			0 (800	O (a)	14.	0,00			
	Сахар песок	15																
97	Сыр Голландский долька	10	4,6	5,8	0	72	0,004	0,03	0,16	0,026	0,03	100	54	5	0,11	0,35	0	
п/п	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,03	119	0,08	0,025	0	0,0005	0,98	11,5	42	16,5	0,9	0,3675	0	
	Итого:	-	15,106	27,01	78,21	603,57	0,22821	0,11782	0,632	0,07317	1,6422	155,05	280,454	31,9727	2,1936	1,959	0,00253	25%
	ОБЕД																	
	Суп картофельный с колбасой	200/15	3,81	11,1	9,25	153	0,11	0,09	3,26	0,0853	0,236	162	83,12	4,75	0,09	0,008	0,0059	
,	Колбаса вареная	15																
133	картофель	90,4																
100	Морковь свежая	8																
	Лук репчатый	8																
	масло сливочное	4,4																
00 /	Фрикадельки мясные в соусе .	75	1,77	11,51	8,43	145	0,072	0,032	0,312	0,00567	0,302	32,7	132,84	5,07	0,0236	0,954	0,002	
99 п/п	Фрикадельки мясные (п\фабр)	68	-				-											
	масло растительное	2	0.11	1.00										/ 0.00				
,	Соус томатный	30	0,14	1,22	1,1	16	0,00321	0,00182	0,15	0,03	0,0402	1,01	3,88	0,89	0,03	0,0135	0,00009	
1	Мука пшеничная в/с	7,5	-	-														
	Томатная паста Морковь свежая	1,8								-								
587	Лук репатый	0,6															\vdash	
- 1	Масло сливочное	1,3				7				-								
,	Сахар песок	0,3																
1	Масло растительное	0,3																
	Каша гречневая вязкая	130	6,67	6,76	21,84	145.6	0,146	0,052	0	0,0106	1,04	6,59	83.68	13,59	0.97	0,0537	0.01993	
510	крупа гречневая	32				1.040	011.10	0,002		0,0100	1,01	0,07	05,00	10,00	0(5)	0,0007	0,01335	
	масло сливочное	5																
п/п	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,24	96	0,064	0,02	0	0,0004	0,784	9,2	33,6	13,2	0,72	0,294	0	
п/п	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,68	72	0,072	0,032	0	0,004	0,88	14	63,2	18,8	1,56	0,48	0,002	
	Компот из шиповника	200	0,68	0	24,26	98	0,01	0,066	22	0,12	0	5,6	1,6	1,6	0,3	0	0	
638	шиповник сушеный	20																
	сахар-песок	20																
	Икра свекольная	20	0,6	0,6	14,9	76,5	0,0075	0,0225	2,615	0,015	0	12	8,25	8,5	1,15	0,1425	0,01	
1	Свекла	19,2																
	Лук репсатый	4,2								-							\vdash	
70			1														—	WELHON OTBETO
78	томатное пюре	3								-							1	-LHOV UTRE -
78	томатное пюре масло растительное	1,6															1	MOE, OCICY
78	томатное пюре масло растительное Сахар песок	1,6 0,24															A STATE OF THE PARTY OF THE PAR	NO CIEDA
	томатное пюре масло растительное Сахар песок Лимоная кислота	1,6 0,24 0,09	106	0.3	12.44	61	0.024	0.0075		0.00015	0.204	2.45	10.6	105	0.27	0.11025		NOTE OF CASE PARTY
78 551	томатное пюре масло растительное Сахар песок Лимоная кислота Гренки пшеничные	1,6 0,24 0,09 15	1,951 9		12,44	61	0,024	0,0075	0	0,00015	0,294	3,45	12,6	4,95	0,27	0,11025	100/	NOTE SECULIE
	томатное пюре масло растительное Сахар песок Лимоная кислота Гренки пшеничные хлеб пшеничный	1,6 0,24 0,09	RASPA	BORNY													700	2504
	томатное пюре маслю растительное Сахар песок Лимоная кислота Гренки пшеничные хлеб пшеничный Итого:	1,6 0,24 0,09 15	RASPA			61	0,024	0,0075	0 28,337	0,00015	0,294	3,45 246,55	12,6 422,77	4,95 71,35	0,27 5,1136	0,11025 2,05595	0,03992	35% AEAN
	томатное пюре масло растительное Сахар песок Лимоная кислота Гренки пшеничные хлеб пшеничный	1,6 0,24 0,09 15	RASPA	BORNY													700	KVCHO AEA
551	томатное пюре масло растительное Сахар песок Лимоная кислота Гренки пшеничные хлеб пшеничный Итого: ПОЛДНИК Вафли	1,6 0,24 0,09 15 18	621,420 63,12,135	A 32,27 A	23,19											2,05595 0,8643	0,03992	NYCHO AEAN
551	томатное пюре масло растительное Сахар песок Лимоная кислота Гренки пшеничные хлеб пшеничный Итого: ПОЛДНИК	1,6 0,24 0,09 15 18	ΕΣ1.4201 Ο 501.012.035	A 32.27	(125,14	863,1	0,50871	0,32382	28,337	0,27112		246,55	422,77	71,35	5,1136	2,05595	0.03992	NYCHOAEAN
551	томатное пюре масло растительное Сахар песок Лимоная кислота Гренки пшеничные хлеб пшеничный Итого: ПОЛДНИК Вафли Яблоко свежее Снежок	1,6 0,24 0,09 15 18	0,84 0,6	0,99 0,6	23,19 14,9 7,2	863,1 106 76,5 68	0,50871	0,32382 0,1632 0,0225 0,3	28,337	0,27112 0,07623 0,015 0,04	3,5762	246,55 0,0326 12 238	422,77 132,6231 8,25 182	71,35	5,1136 0,18 1,15 0	2,05595 0,8643 0,1425 0	0,03992	KYCHOAEA»
551 11 n/n n/n	томатное пюре масло растительное Сахар песок Лимоная кислота Гренки пшеничные хлеб пшеничный Итого: ПОЛДНИК Вафли Яблоко свежее	1,6 0,24 0,09 15 18	0,84 0,6	0,99 0,6 7,59	23,19	863,1 106 76,5	0,50871 0,03 0,0075	0,32382 0,1632 0,0225	28,337 0 2,615	0,27112 0,07623 0,015	3,5762	246,55 0,0326 12	422,77 132,6231 8,25	71,35 0 8,5	5,1136 0,18 1,15	2,05595 0,8643 0,1425	0,03992	35% AEAW

День: Среда Неделя: Первая

Сезон: осенне-зимний и весенний Возрастная категория: с 7 лет до 11 лет Ответственный за организацию горячего пит,

моу СОШ г.Саянска: Генеральный директор ОСО Виусьта в Землянская Л.М.

№ ецеп	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пиш	цевые вещес	тва, г	Энергетическая ценность		1	Витамины,	МΓ			M	инеральные	е вещества,	мг 🧳	3/	
T.	Tapasa maga, manasangama sanga	порции,	Б	Ж	У	Ккал	B1	B2	С	A	Е	Ca	Р	Mg	Fe	Za	1/ 1	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	DISCUT	CHR
	ЗАВТРАК								10		1.2		1	- 10		0	«BHY	CHO
	Рыба запеченная в молочном соусе	80/40	14,26	14,98	29,88	256	0,0823	0.122	0,0023	0.0352	0,00068	140,22	210,56	0,0015	0,0096	0,62	0,0045	
		106	14,20	14,98	29,88	250	0,0823	0,123	0,0023	0,0332	0,00008	140,22	210,30	0,0015	0,0090	0,02	0,0043	
	минтайсв/мороженый -филе п/п Лук репчатый свежий	9														1 6	2	
	Молоко свежее 3,2% жир	50												-		-	A Gran	
386	масло сливочное	5							+	1			<u> </u>				COMOKAN O	Епера
	мука пшеничная в/с	5						<u> </u>	+	1			 				Til.	- RESE
	сыр твердый	4																A JAMES L.
	масло растительное	4			-													
	Картофельное пюре	150	3,09	5,45	56,6	146	0,0155	0,11	12,3	0,042	0,46	36,4	93,26	15,23	1,026	0,46	0.0064	
	картофель	128,25	3,07	3,43	30,0	140	0,0133	0,11	12,0	0,042	0,40	30,4	95,20	13,43	1,020	0,40	0,0001	
520	Молоко свежее 3,2% жир	22,5																
	масло сливочное	5,25							<u>† </u>									
	Чай с сахаром и молоком	200	1.6	1.65	17,36	86	0,02	0.08	0.75	0.01	0.045	65.25	53.24	11.4	0,89	0,2	0,0045	
(0.5	Чай	0,4		1,00	21,100		0,00	0,00	-	0,01	0,0.0	Colum			0,107	71-		
685	Сахар песок	15																
	Молоко свежее 3,2% жир	50																
п/п	Банан свежий	200	0,6	0,6	14,9	76,5	0,0075	0,0225	2,615	0,015	0	12	8,25	8,5	1,15	0,1425	0,01	
п/п	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,03	119	0,08	0,025	0	0,0005	0,98	11,5	42	16,5	0,9	0,3675	0	
	Итого	:	23,5	23,18	142,77	683,5	0,2053	0,3605	15,6673	0,1027	1,48568	265,37	407,31	51,6315	3,9756	1,79	0,0254	28
	ОБЕД		A										-					
		200/10	1.64		212	101	0.01	0.05	0.04	0.005	0.007	100	44.00	20.16	0.000	0.105	0.0006	
	Борщ со сметаной	200/10	1,64	6,08	24,5	101	0,04	0,05	8,26	0,086	0,236	123	44,85	20,16	0,095	0,195	0,0036	
	Свекла свежая	32																
	Капуста свежая	16 22		1	-				1	-			<u> </u>					
	Картофель свежий	9							-	-								
110	Морковь свежая Лук репчатый свежий	8																
	Томатное пюре	6																
	Масло сливочное	4		1														
	Сахар песок	2							-									
	Сметана 15% жирности	10							1									
	Тефтели из говядины	80	1,79	8,56	7,11	268	0,06	0,11	0,285	0,00495	0,631	28,04	140,389	19,345	0,6954	1,966	0,005	
462	Тефтели полуфабрикат	100	1,77	0,50	7,11	200	0,00	0,11	0,203	0,00493	0,031	20,04	140,505	17,545	0,0554	1,200	0,003	
п/п	масло растительное	5																
	Соус сметанный с томатом	30	0,57	2,03	2,47	31	0	0,0013	0,003	0,006	0	3,26	4,65	1,3333	0	0	0	
	сметана 15% жирности	7,5	0,01	2,00				0,0020	0,000	0,000		0,20	1,00	2,0000			-	
601	мука пшеничная в/с	2,5																
	томат-паста	3																
	Каша перловая вязкая	130	2,6	3,9	18,5	120,47	0,28	0,014	0	0,0104	0,95	18,47	79,84	0,028	0,36	0,54	0,005	
302	крупа перловая	27,8																
	масло сливочное	5																
п/п	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,24	96	0,064	0,02	0	0,0004	0,784	9,2	33,6	13,2	0,72	0,294	0	
п/п	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,68	72	0,072	0,032	0	0,004	0,88	14	63,2	18,8	1,56	0,48	0,002	
11/11	Компот из сухофруктов	200	0,44	0	28,88	116	0	0,01	0,4	0	0	44,8	15,4	6	1,26	0,002	0	
	ιτομποτ μο σγκοφργκίου																	
639	смесь сухофруктов	20																
639	смесь сухофруктов сахар-песок	20																
639	смесь сухофруктов		0,6	0,04	1,08	8	0,02	0,01	1,4	0,05	0,1	3,6	3,57	11,16	0,12	0,0238	0,0004	
639	смесь сухофруктов сахар-песок Горошек зеленый консервированный Итого	20	0,6	0,04	1,08 115,46	8 812,47	0,02	0,01	1,4	0,05 0,16175	0,1 3,581	3,6 244,37	3,57 385,499	11,16 90,0263	0,12 4,8104	0,0238 3,5008	0,0004 0,016	33
639	смесь сухофруктов сахар-песок Горошек зеленый консервированный	20																3:
639	смесь сухофруктов сахар-песок Горошек зеленый консервированный Итого ПОЛДНИК	20 20	13,44	21,49	115,46	812,47	0,536	0,2473	10,348	0,16175	3,581	244,37	385,499	90,0263	4,8104	3,5008	0,016	33
639	смесь сухофруктов сахар-песок Горошек зеленый консервированный Итого ПОЛДНИК Омлет натуральный	20 20 ::	13,44	21,49														33
639	смесь сухофруктов сахар-песок Горошек зеленый консервированный Итого ПОЛДНИК Омлет натуральный Яйца 1 кат.	20 20 ::	13,44 15,1	21,49	2,9	812,47	0,536	0,2473	10,348	0,16175	3,581	244,37	385,499	90,0263	4,8104	3,5008	0,016	3:
639	смесь сухофруктов сахар-песок Горошек зеленый консервированный Итого ПОЛДНИК Омлет натуральный Яйца 1 кат. Молоко свежее 3,2% жир	20 20 ::	13,44 15.1 15.1 15.0	21,49 22,76 4 8 4 8 4 8 4 8 4 8 4 8 4 8 4 8 4 8 4 8	2,9	812,47	0,536	0,2473	10,348	0,16175	3,581	244,37	385,499	90,0263	4,8104	3,5008	0,016	3
639	смесь сухофруктов сахар-песок Горошек зеленый консервированный Итого ПОЛДНИК Омлет натуральный Яйца 1 кат. Молоко свежее 3,2% жир масло растительное	20 20 150/5 114 43 2	13,44 15,1	21,49	2,9	812,47	0,536	0,2473	10,348	0,16175	3,581	244,37	385,499	90,0263	4,8104	3,5008	0,016	3
639 n/n 340	смесь сухофруктов сахар-песок Горошек зеленый консервированный Итого ПОЛДНИК Омлет натуральный Яйца 1 кат. Молоко свежее 3,2% жир масло растительное масло сливочное	20 20 150/5 114 43 2 10	13,44 15.1 15.1 15.1 15.1 15.1 15.1 15.1 15	21,49 22,76 4 8 4 8 4 8 5 8 6 8 7 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8	2,9	812,47	0,536	0,2473	0,032	0,16175	0	244,37	385,499	0,032	0,026	1,23	0,016	3.
639 п/п 340	смесь сухофруктов сахар-песок Горошек зеленый консервированный Итого ПОЛДНИК Омлет натуральный Яйца 1 кат. Молоко свежее 3,2% жир масло растительное масло сливочное Хлеб ржано-пшеничный	20 20 150/5 114 43 2 10	13,44 15,1	21,49 22,76 4 8 4 3 0 8 5 0 8 6 0 8 7 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	2,9	812,47 197 72	0,536	0,2473	0,032	0,16175	3,581	283	385,499 365 79	0,032	0,026	3,5008 1,23	0,016	3
639 п/п 340	смесь сухофруктов сахар-песок Горошек зеленый консервированный Итого ПОЛДНИК Омлет натуральный Яйца 1 кат. Молоко свежее 3,2% жир масло растительное масло сливочное	20 20 150/5 114 43 2 10 50 40	13,44 15.1 15.1 15.1 15.1 15.1 15.1 15.1 15	21,49 22,76 4 8 4 8 4 8 5 8 6 8 7 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8	2,9	812,47	0,536	0,2473	0,032	0,16175	0	244,37	385,499	0,032	0,026	1,23	0,016	33

День: Четверг Неделя: Первая

Сезон: осенне-зимний и весенний

Возрастная категория: с 7 лет до 11 лет

моў сош г.Саянска: Генеральный директор ООО Вкуснодел

рецепт.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищ	евые вещес	тва, г	Энергетическая ценность		В	итамины, і	мг			М	инеральные	вещества,	and the same	® (RI	ycho
			Б	Ж	У	Ккал	B1	B2	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	Zn		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	
	ЗАВТРАК															6		
											0.424	20.01	1.10.200	10.245	1.054	1.000	2000	
	Котлета из говядины	80	16,3	28,6	7,11	259	0,06	0,11	0,285	0,00495	0,631	28,04	140,389	19,345	1,954	1,966	0,005	
51 n/n	говядина 1 кат. охлажденная	105															(1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1)	AR DELLEP
	Масло растительное	2															23	
	Соус томатный	30	0,14	1,22	1,1	16	0,00321	0,00182	0,15	0,03	0,0402	1,01	3,88	0,89	0,03	0,0135	0,00009	THE PERSON NAMED IN
	Мука пшеничная в/с	1,3																
	Томатная паста	7,5																
587	Морковь свежая	1,8																
207	Лук репатый	0,6																
	Масло сливочное	1,3												(45)				
	Сахар песок	0,3																
	Масло растительное	0,3																
516	Вермишель отварная	130	4,446	7,93	29,64	194,57	0,069	0,019	0	0,011	0,29	4,59	39,494	0,1127	0,27	0,274	0,00044	
	вермишель -макаронные изделия	44,2																1
	масло сливочное	4,3																
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0,01	0,01	0	0	5,25	8,24	4,4	0,86	0	0	
685	Чай	0,4						- Annie Asienson										
	Сахар песок	15																1
40	Огурец свежий долька	20	0,16	0,015	0,52	3	0,0045	0,06	0,167	0,00675	0,015	3,75	6	2,1	0,09	0,03	0,045	1
п/п	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,03	119	0,08	0,025	0	0,0005	0,98	11,5	42	16,5	0,9	0,3675	0	
11/11	Итого		25,196	38,315	77,41	648,57	0,21671	0,22582	0,612	0,0532	1,9562	54,14	240,003	43,3477	4,104	2,651	0,05053	28%
	ОБЕД		23,170	30,313	//,41	040,57	0,210/1	0,22002	0,012	0,0002	1,7002	U112.7	210,000	10,017	.,,			
	Суп картофельный с горохом	200	2,21	13,5	13,08	120	0,16	0,06	8,6	0,09	0,35	185	356	22,03	0,16	0,66	0,00345	
	Картофель свежий	40																
	Морковь свежая	9																
139	Лук репчатый свежий	8																1
	Масло сливочное	4						1										1
	Крупа горох	18																1
	Рыба запеченая под овощами	80/30	9,83	24,1	4,65	106	0,188	0,023	2,58	0,092	0,095	42,022	62,01	2,36	0,23	0,123	0.031	1
	минтай св/мороженый - филе п/п	106	9,03	27,1	4,05	100	0,100	0,023	2,00	0,052	0,070	121022	0.0101					1
	Лук репчатый свежий	9,6																1
		14,4						1									1	1
374	Морковь свежая	0						1										1
	томат паста	5						-										1
	Масло растительное	0						1		+								1
	сахар песок	1,6						-										1
510	масло сливочное	3	2.07	0.62	21.65	120	0.064	0.00	10,2	0,032	0,06	160	102,56	21,2	1,2	0,576	0,008	1
518	Картофель отварной	150	3,07	0,63	21,65	120	0,064	0,08	10,2	0,032	0,00	100	102,30	21,2	1,2	0,570	0,000	
	картофель	160																1
п/п	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,24	96	0,064	0,02	0	0,0004	0,784	9,2	33,6	13,2	0,72	0,294	0	1
п/п	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,68	72	0,072	0,032	0	0,004	0,88	14	63,2	18,8	1,56	0,48	0,002	
639	Компот из кураги	200	1	0	27,4	112	0,2	0	8	0	0	40	36	20	0,4	0	0	
639	Курага	20																
	сахар песок	20																
п/п	Помидор свежий долька	20	0,22	0,04	0,76	5	0,01	0,01	5	0,04	1,3	2,8	- 4	5,2	0,18	1,33	0,023	
	Гренки пшеничные	15	1,95	0,2	12,44	61	0,024	0,0075	0	0,00015	0,294	3,45	12,6	4,95	0,27	0,11025	0	
551	хлеб пшеничный	18	-															
	Итого		22,13	39,15	100,46	631	0,758	0,225	34,38	0,2584	3,469	453,022	657,37	102,79	4,45	3,463	0,06745	329
	полдник	1	A 11	RH	100,40	001	047.50	Oquad	0400	O CARE O T	0,100	1001022	007,07	,.				
		-	EPAL	DARTA											0.7.5			-
п/п	Печенье	20//4	11.5	2,36	14.88	87	0,01	0,01	0	0	0	8,6	24,4	4,4	0,36	0	0	-
п/п	Мандарин свежий	200	1,2012	85 10,45	12.2	60	0,03	0,07	22	0,12	0	0,26	30	0,64	0,3	0	0	
п/п	Бифидок фруктовый	200-4	5.8	6	26.8	67	0,06	0,3	0,3	0,04	0	238	182	28	0,02	0	0	
	Итого	: /40	8,5	8,81	53,88	214	0,1	0,38	22,3	0,16	0	246,86	236,4	33,04	0,68	0	0	15%
-	Bcero:	El action of	55,826	7371,00	231,75	1493,57	1,07	0,83	57,29	0,47	5,43	835,00	1275,00	179,18	9,23	6,11	0,12	759

Директор МОУ "СОШ № 2" Михальчук В.П. 24 12 2020г.9

День: Пятница Неделя: Первая

Сезон: осенне-зимний и весенний

лоу СОШ г.Саянска: Генеральный директор ООО Вкуснодел Землянская Л.М.

рецепт.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пище	вые вещест	гва, г	Энергетическая ценность		В	итамины, м	1F			Mı	инеральные	вещества	MT		
	прием пищи, наименование олюда	порции, г	Б	Ж	V	Ккал	B1	B2	С	A	E	Ca	P	Mg	Fe A	Zn Zn	I	
	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	5 17	18	
1		3	-	2		-										URK	VCHO	1
	ЗАВТРАК		11.04	11.00	2.24	265	0,042	0,099	0,826	0,0165	0.425	8,56	135,23	14,23	0,182	1,0236	0,0044	μ
	Гуляш из филе кур	80	11,96	11,28	3,24	203	0,042	0,099	0,020	0,0105	0,740	0,00	100,00		- A	1		
	филекур	60													B			
7 п/п	Macio cimbo moc	4													V	18		
	Томатное пюре	6														8 0		1
	Лук репчатый свежий	8														CK		10
	Tray to Transfer transfer or C	2,4			21.22	1.40	0.05	0,013	0	0.0065	0,845	8,775	75,725	26,975	0,8775	0,346	0.0013	19
	Каша пшенная вязкая с маслом сливочным	130/5	3,68	5,19	21,22	147	0,05	0,013	0	0,0003	0,043	0,775	15,120	20,770	0,0170		GIN OF	1
302	крупа пшенная	32,5		-														1
	масло сливочное	5						0	0	0	0	40	36	20	0,4	0	0	1
	Компот из изюма	200	1	0	27,4	112	0,2	0	8	0	0	40	30	20	0,4	-	-	1
685	Изюм	20																1
	сахар песок	20												0.5	1.10	0.1425	0.01	1
п/п	Яблоко свежее	200	0,6	0,6	14,9	76,5	0,0075	0,0225	2,615	0,015	0	12	8,25	8,5	1,15	0,1425	0,01	1
п/п	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,03	119	0,08	0,025	0	0,0005	0,98	11,5	42	16,5	0,9			1
	Итого:		21,19	17,57	90,79	719,5	0,3795	0,1595	11,441	0,0385	2,25	80,835	297,205	86,205	3,5095	2,0796	0,0157	+
	ОБЕД																0.0045	-
	Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	6,25	7,64	12,3	149	0,1	0,1	2,32	0,023	0,02	162	52,31	1,65	0,076	0,26	0,0045	
	Картофель свежий	80																-
	Морковь свежая	9							.,									-
142	Лук репчатый свежий	8																1
	Масло сливочное	2																1
		2																
	Томатное пюре	25	-															
	Консервы: сайра с добавлением масла	80	2,79	18,5	7,11	234	0,06	0,11	0,285	0.008	0,631	28,04	140,389	19,345	0,921	1,966	0,005	
	Биточки из говядины	105	2,19	10,5	7,11	254	0,00	0,11	- Ogaros	0,000	0,000							
51 n/n	говядина 1 кат. охлажденная	105	-															1
	Масло растительное	150	3,25	4,21	12,78	109	0,172	0,0236	23,3	0,236	0,123	85	61,96	31,96	1,03	0,04	0,005	
	Капуста тушеная	150	3,23	4,21	12,70	109	0,172	0,0250	ara gar	0,250	0,1.00							1
	Капуста б/к свежая	172	-												1			1
	Масло сливочное	5,5								-								1
534	Морковь свежая	3	-															1
00,	Лук репчатый свежий	6																1
	Томатное пюре	9																1
	Сахар-песок	4,5						-										1
	Мука пшеничная в/с	1,8			111111111111111111111111111111111111111		0.044	0.00	0	0,0004	0,784	9,2	33,6	13,2	0,72	0,294	0	1
n/n	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,24	96	0,064	0,02	0	0,0004	0,784	14	63,2	18,8	1,56	0,48	0,002	1
n/n	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,68	72	0,072	0,032	0		0,88	3,6	7,04	5,34	1,2	0,095	0,0005	1
	Компот из свежих яблок и лимона	200	0,26	0,21	25,07	100	0,01	0,01	6,32	0,01	0	3,0	7,04	3,34	1,2	0,055	0,000	1
632	Яблоки свежие	50																1
032	Лимоны свежие	7																1
	Сахар-песок	20									THE STATE OF THE S		0.00	0.00	0.01	0	0	+
n\n	Икра кабачковая	20	0,2	1,4	1,4	19	0	0	0	0,05	0	0,6	0,95	0,02	0,01		-	4
	Итого		18,55	32,84	91,58	779	0,478	0,2956	32,225	0,3314	2,438	302,44	359,449	90,315	5,517	3,135	0,017	+
	полдник													20.77	0.77	0.11	0.003	+
	Сырники творожные со сг. молоком	100/30	21	7	31,9	267	0,05	0,35	6,23	0,008	2,01	212	278	36,56	0,23	2,65	0,003	4
	творог нежирный	110														-		4
	сахар-песок	10																4
358	яйцо кур 1 кат	3							9									4
550	мука пшеничная в/с	13																4
	мука пшеничная в/с масло растительное	4																1
	масло растительное молоко сгущенное 8,5% жирности	30																1
,		200	14	1 0 0	24	68	0,02	0,03	13	0,15	0	36	0	6,2	0,4	0	0	
п/п	Сок вишневый			3000	55,9	335	0,07	0,38	19,23	0,158	2,01	248	278	42,76	0,63	2,65	0,003	
	Итого		22,4	B300	238,27	1833,5	0,93	0,84	62,90	0,53	6,70	835,00	1245,00	205,00	9,66	7,86	0,04	

Ведущий специалист - эксперт Территориального отдела Управления Роспотвебнадзора по Иркутской области в г.Зиме, Зиминском районе и г.Саянске <u>Дили</u>т.А.Минаева

День: Суббота Неделя: Первая

Сезон: осенне-зимний и весенний

Возрастная категория: с 7 лет до 11 лет

Ответственный за организацию горячего пу

⊵ рецепт.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищ	евые вещес		Энергетическая ценность			Витамины, 1					инеральные		0 ID	KVCHI	A
			Б	Ж	У	Ккал	B1	B2	C	A	E	Ca	P	Mg 15	Fe -		18	14
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	- 11	12	13	14	15	16	11/	10	
	ЗАВТРАК														1	9 /		
	Омлет с колбасой	150/5	15,94	21,69	2,64	197	0,12	0,57	0,25	0,33	1,65	113,1	269,22	21,41	0,3	1.31	0,026	
	яйцо кур 1 категории	110	15,71	21,07	2,01	***	7,1-		1							O Chr		-
	Молоко свежее 3,2% жир	39		10												V.	MAA DENEP	ALLVIS
344	колбаса вареная	13														-	Circum	TE
	Масло растительное	2,6																
	масло растительное	5																
		200	2,9	5	32,5	190	0,04	0,016	1.3	0,03	0,09	122,6	116,2	4,02	0.067	0.4	0,009	
	Какао с молоком	200	2,9	3	34,3	170	0,04	0,010	1,5	0,05	0,07	122,0	11012	1,02	0,00			
693	какао-порошок	20		-														
	Сахар песок Молоко свежее 3,2% жир	100																
-1-	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,03	119	0.08	0,025	0	0,0005	0,98	11,5	42	16,5	0,9	0,3675	0	
n/n	Горошек зеленый консервированный	20	0,6	0,04	1,08	8	0,02	0.01	1,4	0,05	0,1	3,6	3,57	11,16	0,12	0,0238	0,0004	
n/n	1 орошек зеленый консервированный Итого		23,39	27,23	60,25	514	0,26	0,621	2,95	0,4105	2,82	250,8	430,99	53,09	1,387	2,1013	0,0354	
	ОБЕД	0;	43,39	41,43	00,25	314	0,20	0,021	4475	0,4100	2,02	200,0	4500	00102	14001			
	ОВЕД																	
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,14	3,13	18,01	105	0,312	0,095	0,036	0,031	1,23	136,541	215	32,3	0,09	0,495	0,0034	
	Картофель свежий	60																
140	Морковь свежая	9																
	Лук репчатый свежий	8																
	Масло сливочное	3															1	
	макаронные изделия	8													1			
	Шницель из говядины	80	11,79	8,56	7,11	151	0,06	0,11	0,285	0,00495	0,631	28,04	140,389	19,345	1,56	1,966	0,005	
51 n/n	говядина 1 кат. охлажденная	105																
	Масло растительное	2																
	Картофельное пюре	150	3,09	5,45	18,26	146	0,0155	0,11	12,3	0,042	0,46	36,4	93,26	15,23	1,026	0,46	0,0064	
1000	картофель	128.25																
520	Молоко свежее 3,2% жир	22,5																
	масло сливочное	5.25																
п/п	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,24	96	0,064	0,02	0	0,0004	0,784	9,2	33,6	13,2	0,72	0,294	0	
п/п	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,68	72	0,072	0,032	0	0,004	0,88	14	63,2	18,8	1,56	0,48	0,002	
1011	Кисель из шиповника	200	0.68	0	24,26	98	0,01	0,066	22	0,12	0	5,6	1,6	1,6	0,3	0	0	
	шиповник сухой	8																
654	Сахар песок	24																
	крахмал	10															1	
п/п	Кукуруза сахарная консервированная	20	1,66	1.57	14,32	79,33	0	0	0	0	0,13	0	0,067	0	0	0	0	
11/11				40.00	A Laboratory	717.00	0.5225	0.422	24.621	0,20235	4,115	229,781	547,116	100,475	5,256	3,695	0,0168	1
	Итог	0:	25,16	19,59	114,88	747,33	0,5335	0,433	34,621	0,20235	4,115	229,781	34/,110	100,475	3,430	3,073	0,0100	1
	полдник																	4
	Блины с маслом сливочным	60/3	4,66	4,17	20,58	265	0,006	0,019	0,63	0,052	0,9	52,31	112,34	0,14	0,23	0,315	0,0061	-
	Мука пшеничная в/с	30										-						1
	Сахар-песок	1																1
727	Молоко свежее (2,5%;3,5% жир)	62							-									1
	Яйцо кур 1 категории	5,3					-											1
	дрожжи хлебопекарные	2								-								1
	Масло растительное	8															_	1
	масло сливочное	10	REPA	I Was				0.0		0.05	0.10	240	100	20	0	0.0	0.019	1
697	Молоко кипяченое	200	5.60	6,4	9,4	116	0,08	0,3	3	0,05	0,18	240	180	28	0	0,8	0,018	1
	Итог	0:	10,26	10,57	29,98	381	0,08	0,3	3,63	0,102	1,08	292,31	292,34	28,14	0,23	1,115	-	+
	Всего:	154	58,8112	85 57,39	7205,11	1642,33	0,87	1,35	41,20	0,71	8,02	837,00	1270,45	181,71	6,87	6,91	0,08	

Ведущий специалист - эксперт Территориального отдела Управления Роспотребнадзора по Иркутской области в г.Зиме, Зиминском районе и г.Саянске <u>ЯШИ</u>Т.А.Минаева ДС. ОС - ДСДСг

День: Понедельник

Неделя: Вторая

Сезон: осенне-зимний и весенний Возрастная категория: с 7 лет до 11 лет мм СОШ г. Саянска: Генеральный директор ООО Вкух Землянская Л.М.

№ рецепт.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пище	вые веще	ества, г	Энергетическая ценность		Ви	гтамины, м	г				инеральные	е вещества,	19/		
			Б	Ж	У	Ккал	B1	B2	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	Zn	I	OBER
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	0 7,1	KYCH	MARIA
	ЗАВТРАК														1	E Ins	BES CAL	
											D. D. D. D. D. D.					1		
	Каша молочная "Дружба"	150/5	6,3	8,33	29,36	298	0,1365	0,15	6,325	0	0,015	36,23	193,65	0,08	0,095	0,92	,0,0107	
	Крупа пшено	11,5														B		,
302	Крупа рис	11,5														80		
202	Молоко свежее 3,2% жир	79,2														13	CKARLORS	PW MC
	масло сливочное	5														14	A STATE OF	100
	Сахар песок	3,75															AL LEVE	
	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,3	0 🖟	15,2	165	0,003	0,0014	2,8	0,0007	0	2,8	1,54	0,12	0,021	0,0084	0	
606	Чай	0,4																
686	сахар песок	15																
	лимон свежий	7																
п/п	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,03	119	0,08	0,025	0	0,0005	0,98	11,5	42	16,5	0,9	0,3675	0	
10.11	Бутерброд горячий с колбасой и сыром	30/15/10	7,01	8,99	15,3	175	0,0024	0,0016	0,0036	0,0026	0,0136	35	25	9,2	0	0	0,0005	
			7,01	0,77	10,0	173	0,0024	0,0010	0,0050	0,0020	0,0150	33	20	7,00	-	-	0,000	
11	хлеб пшеничный	30																
	колбаса вареная	15			-					-						-		11
	сыр твердый	10												2-2				7
	Итого:		17,56	17,82	83,89	757	0,2219	0,178	9,1286	0,0038	1,0086	85,53	262,19	25,9	1,016	1,2959	0,0112	35
	ОБЕД																	
155	Суп с клёцками	200/20	12,2	14,2	12,66	103	0,0129	0,0495	1,5	0,12	2,81	21,33	50,96	0,023	0,156	1,822	0,0028	
	Мука пшеничная в/с	14,8																
	масло сливочное	3,7																
	яйцо кур 1 категории	4,2																
	Молоко свежее 3,2% жир	23,2																
	Морковь свежая	8																
	Лук репчатый свежий	8																
	Гуляш из филе кур	80	23,3	26,8	3,24	265	0,042	0,099	0,826	0,0165	0,425	8,56	135,23	14,23	0,182	1,0236	0,0044	
	филе кур	60	2010	20,0	Jakar	203	0,072	0,077	0,020	0,0103	0,120	0,50	155,25	1.4400	0,102	1,0200	0,0011	
	Масло сливочное	4			_													
437 п/п	Томатное пюре	6	-		-	-		-		-								
	Лук репчатый свежий	0			-			-								 		
	Мука пшеничная в/с	2.4														-	-	(: ·
			2.6	2.0	10.7	100.47	0.20	0.014	0	0.0104	0.05	10.47	70.04	0.000	0.26	0,54	0,005	
202	Каша перловая вязкая	130	2,6	3,9	18,5	120,47	0,28	0,014	0	0,0104	0,95	18,47	79,84	0,028	0,36	0,54	0,005	
302	крупа перловая	27,8													-	-	-	
	масло сливочное	5									The second second			7.2.2				
n/n	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,24	96	0,064	0,02	0	0,0004	0,784	9,2	33,6	13,2	0,72	0,294	0	
n/n	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,68	72	0,072	0,032	0	0,004	0,88	14	63,2	18,8	1,56	0,48	0,002	
639	Компот из кураги	200	1	0	27,4	112	0,2	0	8	0	0	40	36	20	0,4	0	0	
007	Kypara	20																
	сахар песок	20																
	Икра морковная	20	0,6	0,04	1,08	8	0,02	0,01	1,4	0,05	0,1	3,6	3,57	11,16	0,12	0,0238	0,0004	
	Морковь свежая	19,2																
	Лук репсатый	4,2																
78	томатное пюре	3				1												
	масло растительное	1,6																
	Сахар песок	0,24																
	Лимоная кислота	0,09																
		0,09	45.5	45.03	05.0	776,47	0,6909	0,2245	11,726	0,2013	5,949	115,16	402,4	77,441	3,498	4,1834	0,0146	3:
-	ПОЛДНИК		45,5	45,82	95,8	776,47	0,6909	0,2245	11,726	0,2013	5,949	115,10	402,4	//,441	3,498	4,1834	0,0140	3
					10.0		0.00	0.00		0.01		10	- 00	1.0	2.2	0.20	0.01	
222	Яблоки запеченые	200	0,8	0,8	19,6	90	0,02	0,06	15	0,04	0	32	22	17	2,3	0,38	0,01	
674	яблоко свежее	200	ING															
	Сахар песок	100 E	PAS	10														
п/п	Бифидок фруктовый	200	580	6	26,8	67	0,06	0,3	0,3	0,04	0	238	182	15,6	0,02	0	0	
	Итого	0 0 0 1912	185 6,6	6,8	46,4	157	0,08	0,36	15,3	0,08	0	270	204	32,6	2,32	0,38	0,01	8
	Bcero:		69,66	70,44	226,09	1645	0,99	0,76	36,15	0,96	6,96	856,00	1359,00	135,94	6,83	5,86	0,04	78
	L/ 52° C	The state of the s																

Директор МОУ "СОШ № 2

День: Вторник Неделя: Вторая

Сезон: осенне-зимний и весенний

Возрастная категория: с 7 лет до 11 лет

в МОУ СОШ г.Саянска: Синеральный директор Ответственный за организацию горячего питания __Землянская Л.М.

№ рецепт.	Прием пищи,	Масса порции,	Пище	вые веще	ства, г	Энергет ическая		В	итамины,	МΓ			Ми	неральны	е вещества	, мг	«ВКУ	CHO
	наимено		Б	Ж	У	Ккал	B1	B2	C	Α	Е	Ca	P	Mg	Fe	Zn	I	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	
	3ABTPA															4	G CCC CONTRACTOR	
	Котлета	80	12,16	5,68	6,98	224	0,082	0,0825	1,03	0,04	0,29	21,02	58,25	19,2	0,863	0,108	0,003	9 DEAEP
388 п/п	Минтай	105				20												un
	Масло	2																
520	Картофе	150	3,07	0,63	21,65	256	0,064	0,08	10,2	0,032	0,06	160	102,56	21,2	1,2	0,576	0,008	
320	картофе	160]
	Чай с	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0,01	0,01	0	0	5,25	8,24	4,4	0,86	0	0	
685	Чай	0,4																
	Caxap	15																
п/п	Хлеб	50	3,95	0,5	24,03	119	0,08	0,025	0	0,0005	0,98	11,5	42	16,5	0,9	0,3675	0	1
п/п	Икра	20	0,2	1,4	1,4	19	0	0	0	0,05	0	0,6	0,95	0,02	0,01	0	0	1
	Итого:		19,58	8,26	69,07	675	0,226	0,1975	11,24	0,1225	1,33	198,37	212	61,32	3,833	1,0515	0,011	30%
	ОБЕД	24.5	_															
	Рассольн	200/10	11,3	15,6	16,21	124	0,007	0,065	0,0062	0,0953	0,0036	153,34	162	0,0056	0,00036	0,273	0,0035	1
	Картофе	60					-		-					The state of the s				1
	Морковь																	1
132		4																1
132		4																1
	Масло	4																1
	Огурцы с	12																1
	сметана 1	10																1
	Котлета	80	16,3	28,6	7,11	259	0,06	0,11	0,285	0,00495	0,631	28,04	140,389	19,345	1,954	1,966	0,005	
451 п/п	говядина	105																
	Масло	2																
	Макарон	130	4,446	7,93	29,64	194,57	0,069	0,019	0	0,011	0,29	4,59	39,494	0,1127	0,27	0,274	0,00044	
516	макарон	44,2											-					1
	масло	4,3																1
п/п	Хлеб	40	3,16	0,4	19,24	96	0,064	0,02	0	0,0004	0,784	9,2	33,6	13,2	0,72	0,294	0	1
п/п	Хлеб	40	2,64	0,48	13,68	72	0,072	0,032	0	0,004	0,88	14	63,2	18,8	1,56	0,48	0,002	
-	Компот	200	0,44	0	28,88	116	0	0,01	0,4	0		44,8	15,4	6	1,26	0,002		
639	смесь	20																
	caxap-	20															•	
40	Огурец	20	0,16	0,015	0,52	3	0,0045	0,06	0,167	0,00675	0,015	3,75	6	2,1	0,09	0,03	0,045	
	Итого:		38,446	53,025	115,28	864,57	0,2765	0,316	0,8582	0,1224	2,6036	257,72	460,083	59,5633	5,85436	3,319	0,05594	389
	полдн																	
п/п	Печенье	20	1,5	2,36	14,88	87	0,01	0,01	0	0	0	8,6	24,4	4,4	0,36	0	0	
п/п	Снежок	200	5,8	6	7,2	68	0,06	0,3	0,3	0,04	0	238	182	28	0,02	0	0	
	Итого:		735	8,36	22,08	155	0,07	0,31	0,3	0,04	0	246,6	206,4	32,4	0,38	0	0	79
	Всего:	/	65,326	69,645	206,43	1694,57	0,57	0,82	52,00	0,68	9,40	853,00	1358,00	153,28	10,07	4,37	0,07	759

Ведущий специалист - эксперт Территориального отдела Управления

																			MARTHON OF STATE
ь: Среда											•		b	1.1	III s Canucya	» Генеральны	ый лиректор	000	STATE THOY OTES
ля: Втора										Ответствен	ныи за орган	Вкусно	дел/	Земл	янская Л.М.		ый директор	P	4 4
и: осение-	зимний и весенний атегория: с 7 лет до 11 лет												119						вкусноді
рецепт.	Tel opini. C / act go 11 act	Macca	Пите	вые вещест	гва г	Энергетическая		В	тамины, м				Ми	неральные	вещества,	МΓ			A CHILLY CHACK
	Прием пищи, наименование блюда	порции, г				ценность	DI I	B2	C	Α	Ē	Ca	Р	Mg	Fe	Zn	1		68
		,	Б	Ж	y 6	Ккал 7	B1 8	9	10	11	12.	13	14	15	16	17	18		
1	ЗАВТРАК	,	7	-															Bal
		80	11,79	8,56	7,11	151	0,06	0,11	0,285	0,00495	0,631	28,04	140,389	19,345	1,56	1,966	0,005		1380
51 n/n	Шиицель из говядины говядина 1 кат. охлажденная	105				1													CONTRACTOR DESCRIPTION
	Масло растительное	2	0.14	1.22	11	16	0,00321	0,00182	0,15	0,03	0,0402	1,01	3,88	0.89	0,03	0,0135	0,00009		O MARKETER HOW
	Соус томатный	1,3	0,14	1,22	1,1	10	0,00321	0.00102	0,10	0103									Tile!
	Мука пшеничная в/с Томатная паста	7.5				2													
587	Морковь свежая	1,8																i	
367	Лук репатый	0,6																1	
	Масло сливочное Сахар песок	0.3																	
	Масло растительное	0,3					0.146	0.052	0	0,0106	1,04	6,59	83,68	13,59	0,97	0,0537	0,01993		
	Каша гречневая вязкая	130	6,67	6,76	21,84	145,6	0,146	0,052	0	0,0106	1,04	0,37	05,00	1007	-,,,,			120	
510	крупа гречневая	5													0.00	0.2	0.0045		
	масло сливочное Чай с сахаром и молоком	200	1,6	1,65	17,36	86	0,02	0,08	0,75	0,01	0,045	65,25	53,24	11,4	0,89	0,2	0,0045		
685	Чай	0,4																	
063	Сахар песок	50																4	
	Молоко свежее 3,2% жир	20	0,6	0,6	14,9	76.5	0,0075	0,0225	2,615	0,015	0	12	8,25	8,5	1,15	0,1425	0,01		
	Икра свекольная Свекла	19,2																	
	Лук репсатый	4,2																	
78	томатное пюре	1.6																-	
	масло растительное Сахар песок	0,24																1	
	Лимоная кислота	0,09				110	0.00	0,025	0	0,0005	0,98	11,5	42	16,5	0,9	0,3675	0		
п/п	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,03 86,34	119 594.1	0,08	0,023	3,8	0.07105	2,7362	124,39	331,439	70.225	5,5	2,7432	0.03952	30%	
	ОБЕД		24,13	17,47	0007													-	
	Суп картофельный с пшеном	200	2,34	2,49	16,43	100	0,06412	0,000163	0,012	0,015	0,25	25	0,023	13,66	0	0	0,000136	1	
	картофель свежий '.	60				<u></u>												1	
138	крупа пшено	8																1	
	морковь свежая	8																4	
	лук репчатый масло сливочное	2,5							2.50	0.000	0.006	42,022	62,01	2,36	0,23	0,123	0,031	1	
	Рыба запеченая под овощами	80/30	9,83	24,1	4,65	106	0,188	0,023	2,58	0,092	0,095	42,022	02,01	2,70	Used	0,140	0,007	1	
	минтай св/мороженый - филе п/п	9.6																4	
	Лук репчатый свежий Морковь свежая	14,4											-					1	
374	томат паста	8																1	
	Масло растительное	5																-	
	сахар песок	1,6												10.0	0.02	0.63	0.0005	4	
	масло сливочное Сложный гарнир	75/75	2,78	6,07	12,84	126	0,06	0,07	2,31	0,021	0,01	8,26	72,34	13,2	0,03	0,52	0,0095	4	
	капуста свежая	75																1	
	морковь свежая	4.5					-											1	
	лук свежий репчатый	6																4	
553	томатная паста	0,9														-	-	-	
	мука пшеничная в/с картофель свежий	64,12																1	
	Молоко свежее 3,2% жир	11,5			-		-											1	
	масло сливочное	6													0.00	0.204		-	
п/п	масло растительное Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,24	96	0,064	0,02	0	0,0004	0,784	9,2	33,6 63,2	13,2	0,72 1,56	0,294	0,002	4	
п/п	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,68	72	0,072	0,032	22	0,004	0,88	5,6	1,6	1,6	0,3	0	0		
	Компот из шиповника	200	0,68	0	24,26	98	0,01	0,066	66	0,12		010						4	
638	шиповник сушеный сахар-песок	20											100	105	0.27	0,11025	0	+	
551	Гренки ппеничные	15	1.95	0,2	12,44	61	0,024	0,0075	0	0.00015	0,294	3,45	12,6	4,95	0,27	0,11023	U	7	
551	хлеб пшеничный	18	1.66	1.62	14,32	79,33	0	0	0	0	0,13	0	0,067	0	0	0	0		
п/п	Кукуруза сахарная консервированная	20	1.66	1,57	1 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1 -	N ID COLOR	THE PERSON NAMED IN		1-17/1	0.25255		7.7.1	SALES CONTRACTOR	67,77	3.11	1,52725	0.042636	6 37%	
	Итоп	E OBPA	25,04	35,31	117,86	738,33	0,48212	0,218663	26,902	0.23233	4,743	10/10/34	44.544	01111					
	полдник	W 30	BASA.	Mis		100	0.02	0.1633	0	0.07623	SERVICE.	0.0326	132,6231	0	0.18	0,8643	0		
	Зефир // 8	30.85	0.84	0.99	23,19	106	0,03	0,1632	13	0.0 /623	W. D.	36	0	6,2	0,4	0		4	
- 11																		9%	
11 697	Молоко киняченое	200	1.84		36,19	174	0,05	0,1932	13	0,22623	5,18	36,0326 854,00	132,6231 1652,00		9,19	0,8643 5,13	0,08	75%	

День: Четверг Неделя: Вторая

Сезон: осенне-зимний и весенний Возрастная категория: с 7 лет до 11 лет Ответственный за организацию горячего

моу СОШ г.Саянска: Генеральный директор ООО Вкуснодел Землянская Л.М.

№ ецепт.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пище	евые вещес	тва, г	Энергетическая ценность		В	итамины, і	мг			Mı	инеральные	вещества,	МГ	«BHY	
	1000		Б	Ж	У	Ккал	B1	B2	C	A	Е	Ca	P	Mg	Fe .	Zn	I	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	10	18	
	ЗАВТРАК															6	900	
	Пудинг творожный со сг. молоком	150/30	21,86	0,12	0,49	352	0,012	0,13	0,015	0,236	0,51	185	421	25,31	0,62	0,82	0,01649	708
	творог нежирный	112,5															The state of the s	dr
	крупа манная	12		,														
	Сахар песок	12		-														1
362	яйцо кур 1 категории	7.5					7											1
	изюм	15																
	масло сливочное	4,5			2.7													
	сметана 15% жирности	4,5																
	молоко сгущенное	30																
	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,3	0	15,2	60	0,003	0,0014	2.8	0,0007	0	2,8	1.54	0.12	0,021	0,0084	0	
	Чай	0.4	0,0	-	10,0		01000	0,007	-10									
686	сахар песок	15																7
	лимон свежий	7																
п/п	Хлеб пшеничный	50	3.95	0.5	24.03	119	0,08	0,025	0	0,0005	0,98	11,5	42	16,5	0,9	0,3675	0	
11	Вафли	30	0,84	0.99	23,19	106	0,03	0,1632	0	0,07623	Mark Control	0,0326	132,6231	0	0,18	0,8643	0	
- 11	Итеге:	30	26,95	1,61	62,91	637	0,125	0,3196	2,815	0,31343	1,49	199,3326	597,1631	41,93	1,721	2,0602	0,016	1
	ОБЕД		20,70	1,01	UMI/I	307	Ottab	0,0170	2,010	-								
	Борщ со сметаной	200/10	1,64	6,08	7,89	101	0,04	0,05	8,26	0,086	0,236	123	44,85	20,16	0,095	0,195	0,0036	4
	Свекла свежая	32																4
	Капуста б/к свежая	16																4
	Картофель свежий	22																4
110	Морковь свежая	9																4
	Лук репчатый свежий	8																4
	Томатное пюре	6																4
	Масло сливочное	4								15								4
	Сметана 15% жир	10																4
	Грудка кур запеченая с сыром	80	15,68	17,68	1,22	228	0,06	0,012	0,036	0,0254	0	123,2	206,3	0,263	0,036	1,9853	0,0365	4
	грудка кур охлажденная	92																4
494	сметана 15% жир	5															-	4
TOT	помидор свежий	15																4
	сыр твердый	10															-	4
	масло растительное	5																4
	Каша пшенная вязкая с маслом	130/5	3,68	5,19	21,22	147	0,2015	0,013	0	0,0065	0,845	8,775	75,725	26,975	0,8775	0,546	0,0013	4
302	крупа пшенная	32,5																4
	масло сливочное	5															-	4
п/п	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,24	96	0,064	0,02	0	0,0004	0,784	9,2	33,6	13,2	0,72	0,294	0	4
n/n	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,68	72	0,072	0,032	0	0,004	0,88	14	63,2	18,8	1,56	0,48	0,002	4
	Кисель из сока фруктового	200	1	0	27	92	0,2	0	8	0	0	40	36	20	0,4	0	0	4
645	сок фруктовый	60																4
043	сахар песок	24																4
	крахмал	10																4
п/п	Горошек зеленый консервированный	20	0,6	0,04	1,08	8	0,02	0,01	1,4	0,05	0,1	3,6	3,57	11,16	0,12	0,0238	0,0004	
	Итеге:		28,4	29,87	91,33	744	0,6575	0,137	17,696	0,1723	2,845	321,775	463,245	110,558	3,8085	3,5241	0,0438	
	полдник																	
69 п/п	Булочка дорожная	50	3,49	6,89	29,08	181	0,13	0,096	0,06	0	2,04	12,78	33,37	0,0026	0,42	2,031		4
п/п	Яблоко свежее	200	0,6	0,6	14,9	76,5	0,0075	0,0225	2,615	0,015	0	12	8,25	8,5	1,15	0,1425	0,01	4
n/n	Бифидок фруктовый	200 DA	5.8	6	26,8	67	0,06	0,3	0,3	0,000236	0	238	182	14,23	0,02	0	0	4
	Итого	03160	9,89	13,49	70,78	324,5	0,1975	0,4185	2,975	0,015236	2,04	262,78	223,62	22,7326	1,59	2,1735	0,01	
	Bcero:	10 6 CPA	65,24	44.97	225,02	1705,5	0.98	1,51	23,49	0,50	6,38	834,00	1 237,00	175,22	7,12	7,76	0,07	

Му-Михальчук В.П. 24 12 20269

День: Пятница Неделя: Вторая

Сезон: осенне-зимний и весенний

	не-зимний и весенний												A	Зем	лянская Л.М	. /	78/	
озрастная № рецепт.	категория: с 7 лет до 11 лет	Macca				I n								- U			101	1
рецепт.	Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г	Пиш	цевые вещес	тва, г	Энергетическая ценность			Витамины, м	мг			М	инеральны	е вещества,		THE WAY	кусн
			Б	Ж	У	Ккал	B1	B2	C	A	Е	Ca	P	Mg	Fe	Zn	((1)	DA CI
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	1
	3ABTPAK																A	
-	T-1	80	1.79	16.3	7.11	151	0.06	0.11	0.285	0.00495	0.631	28.04	140,389	19,345	0.6954	1,966	0.005	
162 n/n	Тефтели из говядины Тефтели полуфабрикат	100	1,/9	10,3	7,11	131	0,06	0,11	0,283	0,00493	0,031	20,04	140,369	19,343	0,0934	1,300	7.00	
102 1011	масло растительное	5															100	Vin-
	Соус сметанный с томатом	30	0,57	2,03	2,47	31	0	0,0013	0,003	0,006	0	3,26	4,65	1,3333	0	0	0	TO RANDE
70000	сметана 15% жирности	7,5	0,07	2,00	27		U	0,0015	0,000	0,000		Jaco	1,00	1,0000		-		WIII.
601	мука пшеничная в/с	2.5																-10
	томат-паста	3																
	Рис припущенный	130	4.4	7.4	46.2	116	0.03	0.02	0	0,0167	0.364	5.3	70,62	3,26	0,46	0,644	0,0046	
512	крупа рис	46			10.10													
	масло сливочное	6,75																
	Компот из изюма	200	1	0	27,4	112	0,2	0	8	0	0	40	36	20	0,4	0	0	
685	Изюм	20																
	сахар песок	20																
п/п	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,03	119	0,08	0,025	0	0,0005	0,98	11,5	42	16,5	0,9	0,3675	0	
n/n	Банан свежий	200	0,6	0,6	14,9	76,5	0,0075	0,0225	2,615	0,015	0	12	8,25	8,5	1,15	0,1425	0,01	
	Итого:		12,31	26,83	122,11	605,5	0,3775	0,1788	10,903	0,04315	1,975	100,1	301,909	68,9383	3,6054	3,12	0,0196	249
	ОБЕД																	
	Свекольник с яйцом и сметаной	200/20/10	4,72	10	29.5	174	0.08	0,1239	4.12	0,0123	0,02	76,25	146,3	33.91	0,0236	0,0263	0,004	
	Свекла свежая	64	717.22	10	2740	***	0,00	U(I MU)	112.00	Otorac	0,02	7.0480	1100	2017	Olombo	010800		
	Картофель свежий	43																
	Морковь свежая	10																
34	Лук репчатый свежий	11																
34	Томатная паста	3																
	Масло растительное	5																
	сахар-песок	1																
	яйцо кур 1 категории.	20																
	Сметана 15% жир	10																
	Рыба запеченная в молочном соусе	80/40	14,26	14,98	29,88	256	0,0823	0,123	0,0023	0,0352	0,00068	140,22	210,56	0,0015	0,0096	0,62	0,0045	
	минтайсв/мороженый -филе п/п	106																
	Лук репчатый свежий	8																
386	Молоко свежее 3,2% жир	50									-							
	масло сливочное	5																
	мука пшеничная в/с	5						-			-							
	сыр твердый	4						-										
	масло растительное	4	2.00		20.6	202	0.0166	0.11	10.0	0.040	0.46	26.4	02.06	10.00	1.006	0.46	0,0064	
	Картофельное пюре	150	3,09	5,45	32,6	253	0.0155	0.11	12,3	0,042	0,46	36,4	93,26	15,23	1,026	0.46	0,0064	
520	картофель	128,25				-		-										
	Молоко свежее 3,2% жир масло сливочное	5.25						_										
n/n	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,24	96	0,064	0,02	0	0,0004	0,784	9,2	33,6	13,2	0,72	0,294	0	
n/n	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,68	72	0.072	0,032	0	0,0004	0,88	14	63,2	18,8	1,56	0,48	0,002	
14/11	Компот из свежих яблок и лимона	200	0.26	0,48	25,07	100	0.01	0,032	6,32	0,004	0	3,6	7,04	5,34	1,2	0,095	0,0005	
622	Яблоки свежие	50	Viev	Vania	ary (U)	100	VIVI	Vivi	Vicin	Vivi		210	7,0	0.00	- 10	01030	0,000	
632	Лимоны свежие	7								1								
	Сахар-песок	20																
п/п	Помидор свежий долька	20	0,22	0,04	0,76	5	0,01	0,01	5	0.04	1.3	2,8	4	5.2	0.18	1,33	0,023	
	Итого:		28,35	31,56	150,73	956	0,3338	0,4289	27,7423	0,1439	3,44468	282,47	557,96	91,6815	4,7192	3,3053	0,0404	38
	полдник						(10)											
	Блины с маслом сливочным	60/3	4,66	4,17	20,58	265	0,006	0,019	0,63	0,052	0,9	52,31	112,34	0,14	0,23	0,315	0,0061	
				1							1 100 100 100	100000000000000000000000000000000000000	Carried A	THE SAME				
	Мука пшеничная в/с	30		-		-		-										
	Сахар-песок	(2)						_									+	
727	Молоко свежее 2,5%; 3,2% жир	5.3	AND THE PERSON NAMED IN					_										
	Яйца кур 1 категории		RND	1				_		+							+	
	дрожжи хлебопекарные	0 / 6	BPA3	10													_	
			13 1 /3 3 /	F & " 1 1 1					-	-						_		
	Масло растительное	10	308	000													,	
n/n	масло сливочное	100	30BA	MAXX	72	68	0.06	0.3	0.3	0.04	0	238	182	28	0.02	0	0	1
n/n		200	30BA	6 10,17	7,2	68 333	0,06	0,3	0,3	0,04	0	238	182 294,34	28 28,14	0,02	0,315	0,0061	13'

Директор МОУ "СОШ № 2"

День: Суббота Неделя: Вторая

Сезон: осенне-зимний и весенний

у СОШ г. Саянска: Генеральный директор **ООО Виуснодел** Землянская Л.М.

озрастн	ая категория: с 7 лет до 11 лет													() / V			- 57	
No		Macca	Пиш	евые вещес	гва г	Энергетическая		Bi	итамины, м	dr.				Минералы	ные вещест	гва, мг	1901	
осцепт.	Прием пищи, наименование блюда	порции, г	1171111	CDDIC DCIACC		ценность							-		-	-	B 3/	
			Б	Ж	У	Ккал	B1	B2	С	A	E	Ca	Р	Mg	Fe	Zn 17	18	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16		177	
	ЗАВТРАК																E BURK	усноді
	Колбаса запеченая по-ленинградски	60	5,11	11.35	0.77	213	0,102	0,1	0	0	0,215	17,5	79	0	0,9	1,6	0.0033	A CHIA
	колбаса вареная	55	-														,	
	мука пшеничная в/с	3															0	
429	яйца кур 1 категории	4															H	
	сухарь панировочный	10										-					100	
	масло растительное	6				-	Maria III										G Gy	
	Капуста тушеная	150	3,25	4.21	12,78	109	0,172	0,0236	23,3	0,236	0,123	85	61,96	31,96	1,03	0,04	0.905 CK	POEJEPALVA
	Капуста б/к свежая	172															1	A DETERATION
	Масло сливочное	5.5		**														11.
	Морковь свежая	3																
534	Лук репчатый свежий	6				1												
	Томатное шоре	9									II.,							
	Сахар-песок	4.5																
	Мука пшеничная в/с	1,8					1											
	Чай с сахаром	200	0,2	0.05	15,01	57	0	0.01	0,01	0	0	5,25	8,24	4,4	0,86	. 0	0	-
685	Чай	0,4																
	Сахар песок	15															_	1
n/n	Хлеб пшеничный	50	3.95	0,5	24,03	119	0.08	0,025	0	0,0005	0,98	11,5	42	16,5	0,9	0,3675	0	-
97	Сыр Голландский долька	10	4.6	5,8	0	72	0,004	0.03	0,16	0,026	0,03	100	54	5	0,11	0,35	0	240:
	Итого:		17,11	21,91	52,59	570	0,358	0,1886	23,47	0,2625	1,348	219,25	245,2	57,86	3,8	2,3575	0,0085	24%
	ОБЕД						7/8/24											
	5					100	0.000	0.147	11.02	0.246	0,665	138,23	106,67	0,023	0,068	2,36	0,0035	1
	Суп крестьянский со сметаной	200/10	2,05	7,9	12,1	135	0,098	0,147	11.93	0,245	0,663	138,23	100,07	0,023	0,000	2.50	0.0033	1
	Картофель свежий	20				-												1
	Капуста белокочанная свежая	24																1
134	Морковь свежая	9																1
	Лук репчатый свежий	8																1
	Масло растительное	4																1
	крупа рис	8																1
	Сметана 15% жирности	10		2.22		***	0.05	0.11	0.005	0.00408	0.621	28,04	140,389	19,345	1.954	1,966	0,005	1
	Котлета из говядины	80	11.79	8,56	7,11	256	0,06	0,11	0.285	0.00495	0,631	28,04	140,369	19,343	1.934	1,500	0,000	1
451 n/n	говядина 1 кат. охлажденная	105				-									1			1
	Масло растительное	2					0.00001	0.00100	0.14	0,03	0,0402	1.01	3,88	0,89	0,03	0.0135	0,00009	1
	Соус томатный	30	0,14	1,22	1,1	16	0,00321	0,00182	0,15	0,03	0,0402	1.01	3,00	0,07	0,03	0.0155	0,00003	1
	Мука пшеничная в/с	1,3	_															1
	Томатная паста	7,5														_		1
587	Морковь свежая	1,8										_				_		1
507	Лук репчатый свежий	0,6	_		_													1
	Масло сливочное	1,3																1
	Сахар песок	0,3			-													1
	Масло растительное	0,3	-	7.07			0.146	0.000	0	0.0106	1.04	6,59	83,68	13,59	0,97	0,0537	0,01993	1
	Каша гречневая вязкая	130	6,67	6,76	21,84	145,6	0,146	0,052	0	0,0106	1,04	0,39	0.2,00	13,37	0,77	0,0337	0.01773	1
510	крупа гречневая	32	+		-													1
	масло сливочное	5	216	0.4	10.01	06	0.066	0,02	0	0,0004	0,784	9,2	33,6	13.2	0.72	0,294	0	1
n/n	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,24	96	0.064		0	0.0004	0,784	14	63.2	18.8	1.56	0.48	0,002	1
п/п	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,68	72	0,072	0,032	0,4	0,004	0,88	44,8	15.4	6	0.26	0,002	0,002	1
***	Компот из сухофруктов	200	0,44	0	28,88	116	0	0,01	0,4	0	Mark Street	44.0	13.4	0	0.60	VAUVA		1
639	смесь сухофруктов	20	_		-	+												1
	сахар-песок	20	0.4	0.6	140	200	0.0075	0.0225	2616	0,015	0	12	8,25	8,5	1,15	0,1425	0,01	1
	Икра свекольная	20	0,6	0,6	14,9	76,5	0,0075	0,0225	2,615	0.015	0	14	Oslad	0,0	1,13	UNITED	0.01	1
	Свекла	19,2	+	_	-	+						1						1
-	Лук репсатый	4,2	_		-	+												1
78	томатное пюре	3			-	+				+								1
	масло растительное	1,6	_		+													1
	Сахар песок	0,24		-	-													1
	Лимоная кислота	0.09	20.40	20.00	110.00	012.1	0.45051	0,39532	15,38	0,30995	4,0402	253,87	455,069	80,348	6,712	5,3117	0,04052	39%
	Итого		27,49	25,92	118,85	913,1	0,45071	0.39532	15,58	0.50995	4,0402	455,0/	455,009	00,540	0./12	JULI 1	0104052	1
	полдник																	-
	Печенье	20	1.5	2,36	14,88	87	0,01	0.01	0	0	0	8,6	24,4	4,4	0,36	0	0	-
17/12		200 0		0.45	12,2	60	0,03	0,07	22	0,12	0	0,26	30	0,64	0,3	0	0	4
n/n	Мандарин свежий											4 44	100	28	0,12	0,8	0,0356	1
n/n	Мандарин свежий		3.6	6.4 1	9.4	116	0,08	0,2	3	0,06	0,4	240	180					-
	Мандарин свежий Молоко кипяченое Итого	200	5,6	9,21	9.4 36,48	263	0,08	0,2	25	0,06	0,4	248,86 834,00	234,4	33,04 171,25	0,78	0,8	0,0356	11% 75%

День: Понедельник Неделя: Третья

Сезон: осенне-зимний и весенний

Возрастная категория: с 7 лет до 11 лет

Ответственный за организацию горячего пи директор ООО Вкуснодел

ния в моў сош г. Саянска: Генерапыный Землянская Л.М.

рецепт.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г		вые вещес		Энергетическая ценность			тамины,		-	0. 1		еральные	-	Zn Zn		вкуснод
			Б	Ж	У	Ккал	B1	B2	С	A	E	Ca	P 14	Mg 15	Fe 16	2n 17	18	DAN'S CHROP
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	10	17	10	
	3ABTPAK	-					0.06	0.11	0.206	0.00406	0.631	28.04	140,389	19,345	1,56	1,966	0.005	
	Шницель из говядины	80	11,79	8,56	7,11	151	0,06	0,11	0,285	0,00495	0,031	28,04	140,389	19,343	1,00	1,900	1000	
451 n/n		105					_										15	2
	Масло растительное	2				16	0.00221	0.00182	0.15	0.03	0,0402	1,01	3,88	0.89	0,03	0,0135	0,00009	CHARLES
	Соус томатный	30	0,14	1,22	1,1	16	0,00321	0,00182	0,15	0,03	0,0402	1,01	3,00	0,07	0,05	0,0100	.0,00000	A THE STATE OF THE
	MITRA HAROLIN HAR DIV	1,3					_											A CALL BOOK
	LOSIGITION HACTO	7,5																
587		0,6		-														
		1,3																
	11144110 0111111	0.3																
	Cusup needs	0.3																
616	inacio paerin enono	130	4,446	7,93	29,64	194,57	0,069	0,019	0	0,011	0,29	4,59	39,494	0,1127	0,27	0,274	0,00044	
516	Макароны отварные	44,2	4,440	1,50	27,04	17407	0,002	0,017										
	THE CONTRACT OF THE CONTRACT O	44,2																
	Macro Ciribo Inoc	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0,01	0,01	0	0	5,25	8,24	4,4	0,86	0	0	
606	Чай с сахаром	0,4	0,2	0,03	15,01	4.1		0,01	0,01									
685		15																
	Caxap necox	20	0,16	0,015	0,52	3	0,0045	0,06	0,167	0,00675	0,015	3,75	6	2,1	0,09	0,03	0,00045	
п/п	Икра кабачковая				24,03	119	0,0043	0,025	0	0,0005	0,98	11,5	42	16,5	0,9	0,3675	0	
п/п	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5				-	0,612	0,0532	1,9562	54,14	240,003	43,3477	3,71	2,651	0,00598	23%
	Итого:		20,686	18,275	77,41	540,57	0,21671	0,22582	0,012	0,0532	1,9502	34,14	240,003	4393411	39/1	2,001	0,00000	20.70
	ОБЕД					100	0.16	0.06	0.6	0,09	0,35	185	356	22,03	0,16	0,66	0,00345	1
	Суп картофельный с горохом	200	12,2	3,88	13,08	120	0,16	0,06	8,6	0,09	0,55	103	330	22,00	0,10	0,00	0,000 10	1
	Temp To Queen Committee	40																
139	Морковь свежая	9								_								1
137	Лук репчатын свежин	8																1
	Macio Cinbornoc	4								-								1
	Крупа горох	18					2 2 1 2	0.000	0.007	0.0175	0.406	0.56	135,23	14,23	0,182	2,068	0,0044	1
	Чахохбили	80	25,3	25,6	32	359	0,042	0,099	0,826	0,0165	0,425	8,56	133,23	14,23	0,102	2,000	0,0044	-
	филе кур п/п	54,8																1
491 п/п	масло растительное	3																-
491 11/11	Помидоры свежие	6														_		1
	Лук репчатый свежий	8														-		
	Мука пшеничная в/с	2,4										10.10	mn 0.4	0.000	0,36	0.54	0,005	1
	Каша перловая вязкая	130	2,6	3,9	18,5	120,47	0,28	0,014	0	0,0104	0,95	18,47	79,84	0,028	0,30	0,34	0,003	-
302	крупа перловая	27,8																-
	масло сливочное	5											22.6	12.0	0.72	0.204	0	1
п/п	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,24	96	0,064	0,02	0	0,0004	0,784	9,2	33,6	13,2	0,72	0,294	0	-
п/п	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,68	72	0,072	0,032	0	0,004	0,88	14	63,2	18,8	1,56	0,48	0,002	-
10/11	Компот из шиповника	200	0,68	0	24,26	98	0,01	0,066	- 22	0,12	0	5,6	1,6	1,6	0,3	0	0	
(20		20	0,00	-														
638	anniobinik eyasensin		-	-					1									1
	сахар-песок	20			10.11		0.00	0.0000		0.00015	0,294	3,45	12,6	4,95	0,27	0,11025	0	1
551	Гренки пшеничные	15	1,95	0,2	12,44	61	0,024	0,0075	0	0,00013	0,294	3,43	12,0	4,73	0,27	0,11025	-	1
55.	хлеб пшеничный	18			16.00	70.22	- 0	0	0	0	0,13	0	0,067	0	0	0	0	1
п/п	Кукуруза сахарная консервированная	20	1,66	1,57	14,32	79,33	0								3,552	4,15225		400/
	Итого:		50,19	36,03	147,52	1005,8	0,652	0,2985	31,426	0,24145	3,813	244,28	682,137	74,838	3,334	4,13443	0,01405	42%
	полдник																	-
n/n	Печенье	20	1,5	2,36	14,88	87	0,01	0,01	0	0	TENNAND I	8,6	24,4	4,4	0,36	0	0	
п/п		200	0,6	0,6	14,9	76,5	0,0075	0,0225	2,615	0,015	0	12	8,25	8,5	1,15	0,1425	0,01	
п/п	Яблоко свежее				26,8	67	0,06	0,3	0,3	0,04	0	238	182	28	0,02	0	0	
п/п	Бифидок фруктовый	200	5,8	8,96	56,58	230,5	0,0775		2,915	0,055	0	258,6	214,65	40,9	1,53	0,1425	0,01	10%
*# **	Итеге:		7,9															

Директор МОУ "СОШ № 2" Мукальчук В.П. 28. 12

документо

Ведущий специалист - эксперт Территориального отдела Управления Роспотребнадзора по Иркутской обрасти в г.Зиме, Зиминском районе и г.Саянске ДШШУ Т.А.Минаева Д.О., D.I. 2020 2

День: Вторник Неделя: Третья

Сезон: осенне-зимний и весенний Возрастная категория: с 7 лет до 11 лет Ответственный за организацию гор

рячего пика	1	g B	МОУ СОШ г.Саянска:	Генеральный	директор ООО Вкуснодел
AL I	N	0	Землянская Л.М.		директор ООО Вкуснодел

ецепт.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пище	евые вещес	ства, г	Энергетическая ценность		В	витамины, в	мг				-	е вещества,		Bhy
	•		Б	Ж	У	Ккал	Bl	B2	С	A	E	Ca	P	Mg	Fe	-Zn	I 18
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	1	10
	ЗАВТРАК			a supplied the second												13	
	Биточки из говядины	80	2,79	8,56	7,11	151	0,06	0,11	0,285	0,008	0,631	28,04	140,389	19,345	0,921	1,966	0,005
1 n/n		105	1														The state of the s
	Масло растительное	2	Zi.										2.22		0.00	0.0105	
	Соус томатный	30	0,14	1,22	1,1	16	0,00321	0,00182	0,15	0,03	0,0402	1,01	3,88	0,89	0,03	0,0135	0,0000
	Мука пшеничная в/с	1,3															
	Томатная паста	7,5															
587		1,8										-					
10/	Лук репатый	0,6															_
		1,3															
		0,3															
	Масло растительное	0,3									0.010	0.000	75 705	26.025	0,8775	0,546	0,001
	Каша пшенная вязкая	130/5	3,68	5,19	21,22	147	0,05	0,013	0	0,0065	0,845	8,775	75,725	26,975	0,8775	0,540	0,001
302	крупа пшенная	32,5															
	масло сливочное	5								0.01	0.045	(6.06	62.24	11.4	0.89	0,2	0,004
	Чай с сахаром и молоком	200	1,6	1,65	17,36	86	0,02	0,08	0,75	0,01	0,045	65,25	53,24	11,4	0,89	0,2	0,004
85	Чай	0,4															_
000	Сахар песок	15															
	Молоко свежее 3,2% жир	50											10	16.6	0,9	0,3675	0
1/п	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,03	119	0,08	0,025	0	0,0005	0,98	11,5	42	16,5		0,3673	0
1/п	Вафли	30	0,84	0,99	23,19	106	0,03	0,1632	0	0,07623		0,0326	132,6231	0	0,18		0,010
	Итого:		13	18,11	94,01	625	0,24321	0,39302	1,185	0,13123	2,5412	114,6076	447,8571	75,11	3,7985	3,9573	0,010
	обед :															0.00/2	0.00
	Свекольник с яйцом и сметаной	200/20/10	4,29	6,3	11,39	174	0,08	0,1239	4,12	0,0123	0,02	76,25	146,3	33,91	0,0236	0,0263	0,00
	Свекла свежая	64															
	Картофель	43															-
	Морковь свежая	10															-
2.4	Лук репчатый свежий	11		9													-
34	Томат-пюре	3				:											
	Масло растительное	5															-
	сахар-песок	1															
	яйцо кур 1 категории	20															
	Сметана 15% жирности	10														4 100	0.00
	Котлета рыбная	80	16,38	15,6	6,98	168	0,082	0,0825	1,03	0,04	0,29	21,02	58,25	19,2	0,863	0,108	0,00
8 п/п	Минтай св/мороженый филе	105															_
	Масло растительное	2										7.22		***		0.000	0.00
398.993	Картофель отварной	150	3,07	0,63	21,65	256	0,064	0,08	10,2	0,032	0,06	160	102,56	21,2	1,2	0,576	0,00
520	картофель	160	A CONTRACTOR			The state of the s							1				
/	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,24	96	0.064	0,02	0	0,0004	0,784	9,2	33,6	13,2	0,72	0,294	0
n/п п/п	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,68	72	0,072	0,032	0	0,004	0,88	14	63,2	18,8	1,56	0,48	0,00
II/ II	Компот из сухофруктов	200	0.44	0	28,88	116	0	0,01	0,4	0		44,8	15,4	6	1,26	0,002	
639	смесь сухофруктов	20	0,11	0	20,00												
039		20															
40	сахар-песок Горошек зеленый консервированный	20	0,6	0,04	1,08	8	0,02	0,01	1,4	0,05	0,1	3,6	3,57	11,16	0,12	0,0238	0,00
40	1 орошек зеленый консервированный Итого:	20	30,58	23,45	102,9	890	0,382	0,3584	17,15	0,1387	2,134	328,87	422,88	123,47	5,7466	1,5101	0,01
	полдник																
	South Control of the	E M OZ	521	2,65	26,07	149	0,294	0,12	13,65	0,26	0	53,6	62,36	10,4	0,0069	0	0
82 п/п	Булочка Янтарная Сок персиковый	E 200PA 3	0 12	0	26,07	69	0,02	0,03	13,03	0,15		36	0	6,2	0,4	0	
-		THE PROPERTY	LA FEE	U	20											0	0
п/п	Итого:	W6A30B	6,51	2,65	52,07	218	0,314	0.15	26,65	0,41	0	89,6	62,36	16,6	0,4069	1 0	

27%

День: Среда Неделя: Третья Сезон: осенне-зимний и весенний

№ рецепт.

510

686

п/п

п/п

142

413

п/п

п/п

п/п

40

697

Возрастная категория: с 7 лет до 11 лет

ЗАВТРАК

Тефтели из говядины Тефтели полуфабрикат масло растительное

Соус сметанный с томатом

сметана 15% жирности мука пшеничная в/с томат-паста

Каша гречневая вязкая

Чай с сахаром и лимоном

Суп картофельный с рыбными консервами

Консервы: сайра с добавлением масла

крупа гречневая масло сливочное

Хлеб пшеничный

Мандарин свежий

Картофель свежий Морковь свежая

Лук репчатый свежий Масло сливочное Томатное пюре

Сосиска отварная

Сложный гарнир капуста свежая

морковь свежая лук свежий репчатый томатная паста мука пшеничная в/с

картофель свежий

Хлеб пшеничный

сахар песок лимоная кислота

поллник

Молоко свежее 3,2% жир масло сливочное масло растительное

Хлеб ржано-пшеничный

Огурец свежий долька

Молоко кипяченое

Всего:

Блины с маслом сливочным Мука пшеничная Сахар-песок Молоко свежее 3,2% жир Яйца кур 1 категории дрожжи хлебопекарные Масло растительное масло сливочное

Кисель из плодово-ягодного концентрата Кисель концентрированный

Сосиска молочная

Чай

ОБЕЛ

сахар песок лимон свежий

Прием пищи, наименование блюда

Землянская Л.М. Ответственный за организацию гор

Ca

3,26

6,59

2,8

11.5

12

162

17,5

8.26

9,2

14

40

3,75

52,31

1,924 254,71

4,65

1,54

42

8,25

52,31

72.34

63,2

36

6

112,34

20

2,1

342,45 68,95 3,776

0,14

0,4 240 180 28 0,12 0,8 0,0356

0,4

0.09

0,23

0,631

0.98

0

0,02

0,215

оу сош г.Саянска: Генеральный директор ООО в тенодельной одности. Минеральные вещества, мг Mg «ВКУСНОДЕЛ 0,005 1.966 28,04 140,389 19,345 0,6954 MCKAR DEDSPALIVA 83,68 13,59 0,97 0.0537 0,01993 0,12 0,021 0.0084 0 0.3675 8,5 1,15 0,1425 0,01 0,03775 2,651 64,19 280,509 59,3883 3,7364 2,5381 0,03493 27% 0,076 0,26 0,0045 1,65 0,0035 0.03 0.52 0.0095 13.2 0,294 18,8 1,56 0,002

0,48

0

3,184

0,315

0,0645

0,0061

31%

17%

0,086 0,219 5,63 0,233 1,3 292,31 292,34 28,14 0,35 1,115 0,0417

0,99 0,81 43,11 0,33 5,88 815,00 1354,00 156,48 7,86 6,84 0,14

_михальнук в.п. 2 6 7 2

Macca

порции, г

80

30

130

200/15/7

200

200/25

50

4.5

64,12

11.5

40

40

200

24

10

20

Итого:

Итого:

Пишевые вещества г

Ж

7,11

2,47

21,84

15,2

24,03

14,9

85,55

12,3

0,77

19,24

13,68

98,3

0,52

20,58

1,79 16,3

0,57 2,03

6,67 6,76

0

0.5

0,6

26,19

7,64

5,11 11,35

75/75 2.78 6.07 12.84

3,16

2,64

1

0,4

0,48

0

25,955

4,17

3 5.6 7 6.4 9.4 10,26 10,57 29,98

45,24 62,715 7 293

0,16 0,015

0,3

3,95

0,6

6,25

13,88

Энергетическая

ценность

Ккал

151

31

145,6

60

119

76,5

583,1

149

126

126

96

112

684

265

116

381

1648,1

Витамины, мг

0,0013 0,003

0

2,615

21,3

0

0

8

0.0045 0.06 0.167 0.00675 0.015

0,382 31,777 0,05515

2.63

0,285 0,00495

0.006

0,0007

0,0005

0.015

0,023

0

2.31 0.021 0.01

0,0004 0,784

0.88

0

0.9

0,004

0

0.173

0,06

0,0106 1,04

B2

0,11

0,003 0,0014 2,8

0.025

0,0225

0,1

0,1

0.07

0.02

0.032

0

0,019

0,2

0,2965 0,2122 5,703

0.146 0.052

BI

0.06

0.08

0.0075

0,1

0,102

0.06

0.064

0.072

0,2

0,6025

0,006

0.08

День: Четверг Неделя: Третья

Сезон: осенне-зимний и весенний Возрастная категория: с 7 лет до 11 лет моу сош г.Саянска: Генерал Землянская Л.М.

№ рецепт.	Присм пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пиш	евые вещес	тва, г	Энергетическая ценность		В	Витамины, м	мг					е вещества,		0
			Б	Ж	У	Ккал	Bl	B2	С	A	Е	Ca	P	Mg	Fe	Zn	. 4
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
	ЗАВТРАК													,			E.
371	Рыба запеченная в сметанном соусе	80/30	18,23	14,53	5,59	217	0,11	0,24	1,65	0,02	1,063	76,41	239,68	34,26	1,32	1,26	0,0098
	рыба минтай св/мор - филе	120															0,0070
	масло растительное	7			•												
	мука пшеничная в/с	4.4		27													
	сыр российский	2,5											- 6				
	сметана 10% жир	15			1												
	Рис припущенный	130	4,4	7.4	46,2	116	0.03	0,02	0	0,0167	0,364	5,3	70,62	3,26	0,46	0,644	0,0046
512	крупа рис	46	7,7	7.5	1046	110	1000										
512	масло сливочное	6.75															
	Чай с сахаром	200	0,2	0.05	15,01	57	0	0.01	0.01	0	0	5,25	8,24	4,4	0.86	0	0
685	Чай с сахаром	0,4	0.2	0.05	15,01	31	-	0,01	0.01		-	0,000	O(B)	1	3100		
005	Сахар песок	15	-														
-1-	Конфета шоколадная	20	0,6	0.45	14	63	0.008	0,01	10,22	0.0023	0,08	2,4	5.6	0,0021	0,0014	0.02	0
п/п	Хлеб пшеничный	50	3,95	0.43	24.03	119	0.08	0,025	0	0,0025	0,98	11,5	42	16,5	0.9	0,3675	0
п/п			27,38	22,93	104,83	572	0,228	0,305	11,88	0.0395	2,487	100,86	366,14	58,4221	3,5414	2,2915	0,0144
		010:	21,30	22,93	104,03	314	0,640	0,303	11,00	0.0373	2,707	100,00	300,14	30,4221	SIDTIT	MAN TO	0,0111
	ОБЕД	200110				02	0.074	0.000	1426	0,26	0,67	52,12	96,46	16,76	0,622	0,346	0,0028
	Щи из свежей капусты со сметаной	200/10	1,53	6,36	6,24	92	0,074	0,089	14,25	0,26	0,67	32,12	90,40	16,76	0,022	0,340	0,0026
	картофель	24					-							-	_		
110	капуста свежая	40					-	-							1		
110	лук репчатый	8													-		
	Морковь свежая	8															
	масло растительное	4															
	сметана 15% жир	10															
436	Жаркое по-домашнему	50/100	16,05	13,41	13.7	224	0,00365	0,0326	7,65	0,02	0,0069	152,34	185,36	32,36	0.00365	0	0,00963
	говядина кусковая - гуляш п/п	79															
	Масло сливочное	4															
	Томатное шоре	5															
	Лук репчатый свежий	10															
	Картофель свежий	80															
n/n	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19.24	96	0.064	0,02	0	0,0004	0,784	9,2	33,6	13,2	0,72	0,294	0
n/n	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,68	72	0,072	0,032	0	0,004	0.88	14	63,2	18,8	1.56	0,48	0,002
	Компот из свежих яблок и лимона	200	0,26	0.21	25,07	100	0,01	0.01	6,32	0,01	0	3,6	7,04	5,34	1,2	0,095	0,0005
632	Яблоки свежие	50															
032	Лимоны свежие	7															
	Сахар-песок	20															
n/n	Икра кабачковая	20	0,2	1,4	1,4	19	0	0	0	0,05	0	0,6	0.95	0.02	0.01	0	0
		oro:	23,84	22,26	79,33	603	0,22365	0,1836	28,22	0,3444	2,3409	231,86	386,61	86,48	4,11565	1,215	0,01493
	полдник																
	Запеканка творожная со сг. молоком	150/30	17,25	11,39	36,19	336	0	0,0356	0,52	0,23	2,354	312	388	22,3	0,036	1,452	0,0213
		150					A	Maria		MALINE.	R. C. and C.		SINCE IN			F	
	Творог нежирный	150			-		-			-				_			
	Крупа манная	10					-							+		1	
366	Сахар -песок	10				-	+	-		+				+			
	Яйца кур 1 категории	4					_	_		-				+			
	Масло сливочное	6		-			-							_			
	Сухари ппиеничные	6					+		-					1			
	Сметана 15% жирности	6					-	-	-					-			
	молоко стущенное 8% жирности	30								0.015			0.04	0.6	1.10	0.140*	0.01
п/п	Яблоко свежее	200	0.614	0,6	14,9	76,5	0,0075	0,0225	2,615	0,015	0	12	8,25	8,5	1,15	0,1425	0,01
п/п	Снежок	200	5.8 P			68	0,02	0,3	0,3	0,04	0	238	182	28	0,02	0	0
	Из	roro:	23,650	B 417,99	58,29	480,5	0,0275	0,3581	3,435	0,285	2,354	562	578,25	58,8	1,206	1,5945	0,0313
	Bcero:	11.06	6 74,8785	63,18	242,45	1655,5	0,48	0,85	43,54	0.67	7,18	894,72	1331,00	203,70	8,86	5,10	0,06

Директор МОУ "COШ Ne 2" Меркальнук В.П. 2 4. 1 Строго

День: Пятница Неделя: Третья

Сезон: осенне-зимний и весенний Возрастная категория: с 7 лет до 11 лет

о СОШ г. Саянска: Генеральный директор ООО Ответственный за организацию горячего питанця в Вкуснодел Землянская Л.М.

№ ецепт.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пище	евые вещест	гва, г	Энергетическая ценность		Bi	итамины, м	ır				инеральные				BK
			Б	Ж	У	Ккал	B1	B2	С	A 11	E 12	Ca 13	P 14	Mg 15	Fe 16	2n	1	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1.2	14	1.5	- 10		C.A. 1	
	ЗАВТРАК																30	
	P	80	23,3	26,8	3,24	265	0.042	0,099	0,826	0,0165	0,425	8,56	135,23	14,23	0,182	1,0236	0,0044	min
	Гуляш из филе кур филе кур	60	400	20,0	5,21	200											4	313
	Масло слитонное	4																1
7 n/n	Томатное пюре	6		*														
	Лук репчатый свежий	8							A			-						4
	Мука пшеничная в/с	2,4				Participation of the second											0.00044	
516	Вермишель отварная	130	4,446	7,93	29,64	194,57	0,069	0,019	0	0,011	0,29	4,59	39,494	0,1127	0,27	0,274	0,00044	
310	A Company of the Comp	44,2	.,			A STATE OF THE PARTY OF THE PAR												
	Вермешель - макаронные изделия	4.3												- 2				
	масло сливочное	200	1,6	1,65	17,36	86	0,02	0,08	0,75	0,01	0,045	65,25	53,24	11,4	0,89	0,2	0,0045	4
	Чай с сахаром и молоком	0,4	1,0	1,05	17,50													4
685	Чай	15																1
	Сахар песок	50																-
0.0	Молоко свежее 3,2% жир	5	0,02	4,12	0,04	37	0	0	0	0,05	0	0,6	0,95	0,02	0,01	0	0	4
96	Масло сливочное (порционно)	50	3,95	0.5	24.03	119	0.08	0,025	0	0,0005	0,98	11,5	42	16,5	0,9	0,3675	0	
n/n	Хлеб пшеничный		33,316	41	74,31	701,57	0,211	0,223	1,576	0,088	1,74	90,5	270,914	42,2627	2,252	1,8651	0,00934	29
	Итого	1	33,310	71	7401	19.4001	-											
	ОБЕД													landaria de la composição de la composiç				1
		200	6,3	2,49	16,43	100	0,06412	0,000163	0,012	0,015	0,25	25	0,023	13,66	0	0	0,000136	
	Суп картофельный с пшеном		0,3	2,47	10,43	100	0,00112	0,000.00										
	картофель свежий	60																
138	крупа пшено	8																
	морковь свежая	8																
	лук репчатый	2.5																
	масло сливочное-	2010	9.83	4,96	4,65	106	0,188	0.023	2,58	0,092	0,095	42,022	62,01	2,36	0,23	0,123	0,031	
	Рыба запеченая под овощами	80/30	9,83	4,90	4,03	100	0,100	0,025	2400	0,072								
	минтай св/мороженый -филе п/п	106																
	Лук репчатый свежий	9,6																
374	Морковь свежая	14,4																
	томат паста	8	-															_
	Масло растительное	3																
	сахар песок	1,6	-															
	масло сливочное	160	2.00	5,45	32,6	253	0.0155	0.11	12.3	0.042	0,46	36,4	93,26	15,23	1,026	0,46	0,0064	
	Картофельное пюре	150	3,09	3,43	32,0	433	0,0133	5111	1 4140	1,010								
520	картофель	128,25																
- 10000000	Молоко свежее 3,2% жир	5.25								1								4
-	масло сливочное		2.16	0.4	19,24	96	0,064	0,02	0	0,0004	0,784	9,2	33,6	13,2	0,72	0,294	0	4
n/n	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	13,68	72	0,004	0,02	0	0,004	0,88	14	63,2	18,8	1,56	0,48	0,002	4
п/п	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	27,4	112	0,072	0,032	8	0	0	40	36	20	0,4	0	0	
639	Компот из кураги	200	1	0	21,4	112	0,2											1
127732	Kypara	20																
	сахар песок	20	166	1,57	14,32	79,33	0	0	0	0	0,13	0	0,067	0	0	0	0	4
85 п/п	Кукуруза сахарная консервированная	20	1,66	29E S 2018,000	PLANCE HED		The state of the s	September 1	White halo	Section 1	10000	THE REAL PROPERTY.	the bright of the	92.25	3,936	1,357	0,039536	
	Итого	:	27,68	15,35	128,32	818,33	0,60362	0,185163	22,892	0,1534	2,599	166,622	288,16	83,25	3,930	1,35/	0,039330	1
	полдник																	4
	11014411111					120		224	0.16	0.04	1.62	125,64	225,36	18,624	1,32	2,011		1
	Бутерброд горячий с сыром	30\5\15	7,01	8,99	15,3	175	0,05	0,24	0,16	0,04	1,62	125,04	223,30	10,024	1,54	2,011		4
10	хлеб ржано-пшеничный	30													_	+	-	-
10	масло сливочное	5													-			-
	сыр твердый	15	-											-	6.10	0.0	0.002	+
п/п	Сок абрикосовый	200	5,6	6,4	9,4	116	0,08	0,2	3	0,06	0,4	240	180	28	0,12	8,0	0,023	+
11/11	Итег		12,61	A15,39		291	0,13	0,44	3,16	0,1	2,02	365,64	405,36	46,624	1,44	2,811	0,023	-
	21101		55	71,74	227,33	1810,9	0,94	1,42	27,63	0,75	6,36	854,00	1354,00	172,14	7,63	6,03	0,07	1

День: Суббота Неделя: Третья

Сезон: осенне-зимний и весенний Возрастная категория: с 7 лет до 11 лет

в МОУ СОШ г. Саянска: Генеральный дивектор боо вмусноде. Ответственный за организацию горячего пи

№ ецепт.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищ	евые вещес	ства, г	Энергетическая ценность		I	Витамины,	МΓ			М	инеральные	е вещества	, мг		
	Присм пищи, наименование олюда	порции, г	Б	ж	У	Ккал	B1	B2	С	A	E	Ca	P	Mg	Fe	Zn	I	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17/11	DEARRAN	INO WW
	ЗАВТРАК															10 111	BHYC	HOAF
	Омлет с сыром и маслом	150/5	7,36	21,83	2,49	264	0,08	0,056	0,03	0,054	1,65	107.33	235,36	12,65	0.01	21,31		
	яйцо кур 1 категории	100	7,30	41,03	2,49	204	0,08	0,050	0,03	0,054	1,03	187,23	255,50	12,03	0,01	1,31	0,026	1
	Молоко свежее 3,2% жир	37,5						-		+		-				18		
42	сыр твердый	10														El C		1
	Масло растительное	2.5		**					-	-						-	THAN DEAD	PALLIVA I
	масло растительное	10			-					+		-				-	A DEUC	PALIVIA .
-	Компот из яблок свежих	200	0,44	0	28,88	116	0	0.01	0.4	0	Ca official de	44.8	15.4		1.00	0.000	ALL STORY	- 11 Sept.
39	яблоки свежие	200	0,44	0	20,00	110	0	0,01	0,4	0	the under	44,8	15,4	6	1,26	0,002	No. 1	
,	сахар-песок	20								-				\vdash		+		
/п	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,03	119	0,08	0,025	0	0,0005	0,98	11.5	42	16,5	0,9	0,3675	0	
/п	Горошек зеленый консервированный	20	0,6	0,04	1,08	8	0,08	0,023	1,4	0,0003	0,98	3,6	3,57	11,16	0,12	0,0238	0,0004	
v 11	Итого:	20	12,35	22,37	56,48	507	0,02	0,101	1,83	0,1045	2,73	247,13	296,33	46,31	2,29	1,7033	0,0004	239
	ОБЕД		1460	MMASI	50,40	307	0,10	0,101	1,03	0,1045	2413	247,13	470,33	40431	4,47	1,7033	0,0204	23
	Суп картофельный с колбасой	200/15	13,2	11,1	9,25	113	0,11	0,09	3,26	0,0853	0,236	162	83,12	4,75	0,09	0,008	0,0059	
	Калбаса вареная	15																
33	картофель	90,4																
33	Морковь свежая	8																(
	Лук репчатый	8																1
	масло сливочное	4,4																ĺ.
	Биточки из говядины	80	11,79	8,56	7,11	194	0,06	0,11	0,285	0,00495	0,631	28,04	140,389	19,345	0,954	1,966	0,005	i
п/п	говядина 1 кат. охлажденная	105																i
	Масло растительное	2																í .
	Соус сметаяный с томатом	30	0,57	2,03	2,47	31	0	0,0013	0,003	0,006	0	3,26	4,65	1,3333	0	0	0	i
01	сметана 15% жирности	7,5																į.
O1	мука пшеничная в/с	2,5																l .
	томат-паста	3								1								i
andoro:	Каша гречневая вязкая	130	6,67	6,76	21,84	145,6	0,146	0,052	0	0,0106	1,04	6,59	83,68	13,59	0,97	0,0537	0,01993	į.
10	крупа гречневая	32																l .
	масло сливочное	5																į.
/п	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,24	96	0,064	0,02	0	0,0004	0,784	9,2	33,6	13,2	0,72	0,294	0	l .
/п	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,68	72	0,072	0,032	0	0,004	0,88	14	63,2	18,8	1,56	0,48	0,002	(
	Компот из шиповника	200	0,68	0	24,26	98	0,01	0,066	22	0,12	0	5,6	1,6	1,6	0,3	0	0	1
38	шиповник сушеный	20																1
	сахар-песок	20																1
51	Гренки пшеничные	15	1,95	0,2	12,44	61	0,024	0,0075	0	0,00015	0,294	3,45	12,6	4,95	0,27	0,11025	0	1
V 1	хлеб пшеничный	18																
	Икра свекольная	20	0,6	0,6	14,9	76,5	0,0075	0,0225	2,615	0,015	0	12	8,25	8,5	1,15	0,1425	0,01	(
	Свекла	19,2																1
	Лук репсатый	4,2																1
78	томатное пюре	3																1
	масло растительное	1,6																(
	Сахар песок	0,24																/
	Лимоная кислота	0,09																1
	Итого:		41,26	30,13	125,19	887,1	0,4935	0,4013	28,163	0,2464	3,865	244,14	431,089	86,0683	6,014	3,05445	0,04283	41
	полдник																	¥ .
/п	Вафли	30	0,84	0,99	23,19	106	0,03	0,1632	0	0,07623	6000 4000	0,0326	132,6231	0	0,18	0,8643	0	
	Мандарин свежий	200	1,2	0,45	12,2	60	0,03	0,1032	22	0,07023	0	0,0320	30	0,64	0,18	0,8043	0	1
	Сок яблочный	200	1,4	0,43	13	68	0,03	0,07	13	0,12	U	36	0	6,2	0,3	0	0	l .
~ 11	Итеге:	200	A 3,04 H	11.44	48,39	234	0,02	0,2632	35	0,34623	0	36,2926	162,6231	6,84	0,88	0,8643	0	11
	HI010:	26.	13 0404 A	F7.56	40,37	434	0,00	0,4034	1 33	1 0,34023		1 30,4740	104,0431	0,04	0,00	1 0,0043	U	11

День: Понедельник Неделя: Четвертая

Сезон: осенне-зимний и весенний Возрастная категория: с 7 лет до 11 лет Ответственный за организацию горячего п

его питично мог СОШ г.Саянска: Генеральный директор ООО Вкуснове в С

№ рецепт.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пище	евые вещес	ства, г	Энергетическая ценность		В	витамины, м	МΓ			M	инеральные	е вещества,	мг 🖁	//	
	Tiprom Tittati, tianimotobattic Ostopa	порции, г	Б	Ж	У	Ккал	B1	B2	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	Zn	(KIN	VII
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	U
1	ЗАВТРАК		-			,	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	7.								. 8	1	
	Каша молочная рисовая вязкая	150/5	6,3	8,33	29,36	217	0,1365	0,15	6,325	0	0,015	36,23	193,65	0,08	0,095	0,92	0,0107	
	Крупа рис	20,2														1	100	
302	Молоко свежее 3,2% жир	81															CKA	
	масло сливочное	5															3	ΦE,
	Сахар песок	3.75		2													1	m
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	57	0	0,01	0,01	0	0	5,25	8,24	4,4	0,86	0	0	
685	Чай	0,4																1
	Сахар песок	15				,		all consumers										
	Бутерброд горячий с колбасой и сыром	30/15/10	7,01	8,99	15,3	175	0,0024	0,0016	0,0036	0,0026	0,0136	35	25	9,2	0	0	0,0005	
	хлеб пшеничный	30											1			-		
11	колбаса вареная	15																
	сыр твердый	10																
п/п	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,03	119	0.08	0.025	0	0,0005	0,98	11,5	42	16,5	0,9	0,3675	0	
10.11	Итого	_	17,46	17,87	83,7	568	0,2189	0,1866	6,3386	0,0031	1,0086	87,98	268,89	30,18	1,855	1,2875	0,0112	
	ОБЕД		11110		35,7	/												
	Борщ со сметаной	200/10	1,64	16,8	7,89	101	0,04	0,05	7,006	0,086	0,236	123	44,85	20,16	0,095	0,195	0,01364	-
	Свекла свежая	32																-
	Капуста свежая	16																-
	Картофель свежий	22																-
110	Морковь свежая	9																-
	Лук репчатый свежий	8			-													-
	Томатное пюре	6																-
	Масло сливочнов	4																4
	Сметана 15% жирности	10																4
	Шницель из говядины	80	11,79	8,56	7,11	151	0,06	0,11	0,285	0,00495	0,631	28,04	140,389	19,345	0,06983	1,966	0,005	4
451 n/n	говядина 1 кат. охлажденная	105																-
	Масло растительное	2															0.00011	-
516	"Перо" макароны отварные	130	4,446	7,93	29,64	194,57	0,069	0,019	0	0,011	0,29	4,59	39,494	0,1127	0,27	0,274	0,00044	
	"Перо"макаронные изделия	44,2																
	масло сливочное	4.3																
п/п	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,24	96	0,064	0,02	0	0,0004	0,784	9,2	33,6	13,2	0,72	0,294	0	
п/п	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,68	72	0,072	0,032	0	0,004	0,88	14	63,2	18,8	1,56	0,48	0,002	
	Компот из сухофруктов	200	0,44	0	28,88	116	0	0,01	0,4	0	0	44,8	15,4	6	1,26	0,002	0	1
639	смесь сухофруктов	20																
	сахар-песок	20																1
	Икра морковная	20	0,6	0,6	14,9	76,5	0,0075	0,0225	2,615	0,015	0	12	8,25	8,5	1,15	0,1425	0,01	1
	Морковь свежая	19,2																
	Лук репсатый	4,2																1
78	томатное пюре	3																
11 FT60	масло растительное	1,6																1
	Сахар песок	0,24																
	Лимоная кислота	0,09																
	Итого		24,716	34,77	121,34	807,07	0,3125	0,2635	10,306	0,12135	2,821	235,63	345,183	86,1177	5,12483	3,3535	0,03108	1
	полдник															AL HON-		
741 п/п	Булочка с повидлом	50	3,4	4,72	33,83	180	0,092	0,04	1,06	0,07	0,395	0,623	116,26	7,85	0,236	1,032	0,03	
A CONTRACTOR OF THE PARTY OF TH						All all and the latter of the		No. of the last of		0,04	0	238	182	28	0,02	0	0	1
п/п	Бифидок фруктовый	200	5,8	6	26,8	67	0,06	0,3	0,3				298,26	35,85	0,02	1,032	0,03	1
	Итого	: COA	1192	10,72	60,63	247	0,152	0,34	1,36	0,11	0,395	238,623	-	-	-	5,67	0,03	1
	Всего:	Jane C	51,376	63,36	265,67	1622,07	0,68	0,79	18,00	0,65	4,22	814,00	925,00	152,15	7,24	5,07	0,07	7

День: Вторник Неделя: Четвертая

Сезон: осенне-зимний и весенний Возрастная категория: с 7 лет до 11 лет Ответственный за организацию горя

питания в МОУСОШ г. Савнска: Генеральный дилектор ООО Вкуснодел

рецепт.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищо	евые вещест	гва, г	Энергетическая ценность			витамины, м						ные вещест		B «R	кусноді
			Б	Ж	У	Ккал	BI	B2	С	A	E	Ca	P	Mg	Fe	Zn 17	18	100
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	10	-
3AB	ВТРАК																B /	
		0.0	15.00	17.00	1.00	228	0.06	0,012	0,036	0,0254	0	123,2	206,3	0,263	0,036	1,9853	0,0365	
	дка кур запеченая с сыром	80	15,68	17,68	1,22	220	0,00	0,012	0,050	0,0254	0	I MU (M	BOOK				12 60	
		92															A	1610
	rana 1570 map	5															143	AR DEJEPALIVA
	ingop enemant				- Opi		+											T. Property
	1000/4001	10					1					12 - 1					Martin Company	
	ло растительное	3	2.07	0.62	21,65	120	0,064	0,08	10,2	0,032	0,06	160	102,56	21,2	1,2	0,476	0,008	1
	отофель отварной	150	3,07	0,63	21,03	120	0,004	0,00	10,2	0,002	0,00	100	100,00					1
	104000	160	1000		27.4	112	0,2	0	8	0	0	40	36	20	0,4	0	0	
	ипот из изюма	200	1	0	27,4	112	0,2	U	0	U	U	40	50	20	0,1		77	
685 Изю	ОМ	20								-						-		1
caxa	ар песок	20							111111211111		0.00		40	16.6	0,9	0,3675	0	-
п/п Хле	еб пшеничный	50	3.95	0,5	24,03	119	0,08	0,025	0	0,0005	0,98	11,5	42	16,5		0,3675	0,01	-
п/п Ябл	поко свежее	200	0,6	0,6	14,9	76,5	0,0075	0,0225	2,615	0,015	0	12	8,25	8,5	1,15	2,9713	0,0545	26%
	Итого:		24,3	19,41	89,2	655,5	0,4115	0,1395	20,851	0.0729	1,04	346.7	395,11	66,463	3,686	2.9/13	0,0545	2070
ОБ	ЕД																	
	TISTEPS C					***	0.000	0.000	0.0000	0.0000	0.0026	153,34	162	0,0056	0,00036	0,273	0,0035	1
Pace	сольник по-ленинградски со сметаной	200/10	1,93	6,43	16,21	124	0,007	0,065	0,0062	0,0953	0,0036	155,54	102	0,0036	0,00036	0,273	0,0033	
Kan	отофель свежий	60										T.						-
	710-perior territoria	9		-														-
	ркова свежил	4					-											-
2111		4							-									-
	THE (TEPSTODES, TEXT THE CONT. THE CONT.	4																
		12																
		10																
Can		50	5.11	11.35	0,77	126	0,102	0,1	0	0	0,215	17,5	79	0	0.9	1,6	0,0035	
	сиска отварная • ,	51	0,11															_
	пуста тушеная	150	3,25	4,21	12,78	109	0,172	0,0236	2,365	0,1563	0,123	85	61,96	31,96	1,03	0,04	0,005	
	пуста гушеная	172	DIME	1,00														_
		5.5										1737						
	рковь свежая	3																
1.50	к репчатый свежий	6																
	матное пюре	9																
		0.3											4,50					
	еб пшеничный	40	3.16	0,4	19,24	96	0,064	0,02	0	0,0004	0,784	9,2	33,6	13,2	0,72	0,294	0	
		40	2,64	0,48	13.68	72	0,072	0,032	0	0,004	0,88	14	63,2	18,8	1,56	0,48	0,002	
	еб ржано-пшеничный сель из сока фруктового	200	1	0	27	92	0,2	0	8	0	0	40	36	20	0,4	0	0	
		60	-	-	2.7	7.0												
	с фруктовый	24																
	ар песок	10							-									
	ахмал	20	0,22	0,04	0,76	5	0,01	0.01	5	0,04	1,3	2,8	4	5,2	0,18	1,33	0,023	
п/п Поэ	мидор свежий долька Итого:	20	17.31	22,91	90.44	624	0,627	0,2506	15,3712	0,296	3,3056	321.84	439,76	89,1656	4,79036	4.017	0,037	25%
170			1/101	24.71	70.44	044	Ulda!	012000	1010.112	1,20						7		
	олдник	60	ACC	4,17	20,58	265	0,006	0,1192	0,63	0,052	2,95	0,316	112,34	7,369	1,26	2,3	0,0061	
	ины	30	4,66	4,17	20,58	203	0,000	0,1172	0,03	0,002	200	0,010	110,01		1		AST HISTORY	
	na maem mas a c	1																
	хар-песок	62																
IVIO	Stone esemes claires	5,3																
	ца кур 1 категории	3,3																
	ожжи хлебопекарные	0																
	асло растительное	40	6,99	6,255	30,87	195	0,009	0,0285	0,945	0,078	1,35	78,465	168,51	0,21	0,345	0,4725	0,00915	U.
Co	ус шоколадный	40	0,99	0,233	30,87	193	0,009	0,0203	0,743	0,076	1,000	10,100		1000	-	CANCES !		-
616 как	као-порошок	4							-			-		-				-
	хар-песок	8	A CHARLES THE															-
	локо сгущенное 8% жирности	18,2	A 11 M	1														-
	нан свежий		0.6	0,45	14	63	0,08	0,1	10,22	0,0023	0,8	24	56	0,0021	0,0014	0,2	0	-
	огурт фруктовый		5.8	306 4	26,8	67	0,06	0,3	0,3	0,04	0	238	182	28	0,02	0	0	-
	Итого:	The second second	18,05	16,875	92,25	590	0,155	0,5477	12,095	0,1723	5,1	340,781	518,85	35,5811	1,6264	2,9725	0,01525	24%
	HIOIO.	() ()	59,66	59,195		1869,5	1,19	0,94	48,32	0,54	9,45	1009,32	1353,72	191,21	10,10	9,96	0,11	75%

Директор МОУ "СОШ № 2"

День: Среда

Неделя: Четвертая

Сезон: осенне-зимний и весенний

Возрастная категория: с 7 лет до 11 лет

у ОУСОШ г.Саянска: Генеральный директор ООО Вкуснодел Землянская Л.М.

№ ецепт.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пище	евые вещес	гва, г	Энергетическая ценность		В	итамины, м	ſΓ.						вещества, м	«Вкуснод
			Б	Ж	У	Ккал	B1	B2	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	Zn	A CONTACT
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
	ЗАВТРАК																38
1	Ілов из говядины	150	17,02	13,56	24,98	295	0,07	0,13	0,00369	0,215	0,725	14,25	148,25	23,67	0,0236	0,015	0,0056
	овядина кусковая - гуляш п/п	79															AS DETERMINA!
	Срупа рисовая	34															T. Control of the Con
	Масло сливочное	5			,												, codyali ,
	Пук репчатый свежий	5											1				
-	Морковь свежая	8															
	Гоматное пюре	8															
	масло сливочное	4.3															
	Икра кабачковая	20	0,2	1,4	1.4	19	0	0	0	0,05	0	0,6	0,95	0,02	0,01	0	0
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0.5	24,03	119	0,08	0,025	0	0,0005	0,98	11,5	42	16,5	0,9	0,3675	0
	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0.3	0	15,2	60	0,003	0,0014	2,8	0,0007	0	2,8	1,54	0,12	0,021	0,0084	0
	Чай	0.4	0,0		10,10												
	сахар песок	15															
H	пимон свежий	7															
	. Итого		21,47	15,46	65,61	493	0,153	0,1564	2,80369	0,2662	1,705	29,15	192,74	40,31	0,9546	0,3909	0,0056
	ОБЕД		21,47	15440	05,01	470	0,100	- Olivor	2,00007	0,2002							
	Суп картофельный с горохом	200	2,21	3,88	13,08	120	0,16	0,06	8,6	0,09	0,35	185	356	22,03	0,16	0,66	0,00345
	Картофель свежий	40	_,	-,00	,												
		0															
	Морковь свежая Пук репчатый свежий	0	-														
		1												0			
-	Масло сливочное	18															
-	Крупа горох	60	5,11	11,35	0,77	126	0,102	0.1	0	0	0.215	17.5	79	0	0,9	1,6	0,0035
-	Колбаса запеченая по-ленинградски	55	5,11	11,33	0,//	120	0,102	0,1	0	0	0,213	17,5	- 17		- 017	-10	
-	колбаса вареная	33															
429 F	мука пшеничная в/с	3						1									
	яйца кур 1 категории	4						-	-								
	сухарь панировочный	10															
_	масло растительное	120	((7	(7)	21.04	145.6	0,146	0.052	0	0,0106	1,04	6,59	83,68	13,59	0,97	0,0537	0,01993
	Каша гречневая вязкая	130	6,67	6,76	21,84	145,6	0,140	0,032	0	0,0100	1,04	0,39	02400	13,37	0,57	0.0337	0,01773
	крупа гречневая	32															
	масло сливочное	5			10.01	0.4	0.044	0.00	0	0,0004	0,784	9.2	33,6	13,2	0,72	0,294	0
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,24	96	0,064	0,02				14	63,2	18,8	1,56	0,48	0,002
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,68	72	0,072	0,032	0	0,004	0,88				0,3	0,46	0
	Компот из шиповника	200	0,68	0	24,26	98	0,01	0,066	22	0,12	0	5,6	1,6	1,6	0,5	0	U.
0.000	шиповник сушеный	20						-	-								
	сахар-песок	20								0.00015	0.004	2.45	10.6	4,95	0,27	0,11025	0
551	Гренки пшеничные	15	1,95	0,2	12,44	61	0,024	0,0075	0	0,00015	0,294	3,45	12,6	4,95	0,27	0,11023	0
	хлеб пшеничный	18						2.01		0.00	0.1	2.6	2.62	11.16	0.12	0,0238	0,0004
n/n	Горошек зеленый консервированный	20	0,6	0,04	1,08	8	0,02	0,01	1,4	0,05	0,1	3,6	3,57	11,16	0,12		
	Итого	:	23,02	23,11	106,39	726,6	0,598	0,3475	32	0,27515	3,663	244,94	633,25	85,33	5	3,22175	0,02928
	полдник															2.000	0.03
	Сырники творожные со сг. молоком	100/30	11,23	7	31,9	267	0,05	0,35	5,123	0,008	2,01	212	123,22	46,5963	0,23	2,069	0,03
	творог нежирный	151,5															
	сахар-песок	15														-	-
	яйцо кур 1 кат	4,5															
	мука пшеничная в/с	19,5															
	масло растительное	5															
	молоко сгущенное 8,5% жирности	30	TEPAI	1													
		200 0	01520 E	0	26	69	0,02	0,03	0,0236	0,15	0,2	36	0	6,2	0,4	0	0
п/п	Сок персиковый																
п/п	Сок персиковый Итеге		12,43 3	54377	57,9	336	0,07	0,38	5,1466	0,158	2,21	248	123,22	52,7963	0,63	2,069 5,68	0,03

35%

75%

День: Четверг Неделя: Четвертая

Сезон: осенне-зимний и весенний Возрастная категория: с 7 лет до 11 лет
№

ный директор ООО Вкуснодел » Моу сош г.Саянска: Генеральн

Землянская Л.М.

№ сцепт.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищ	евые вещес	гва, г	Энергетическая ценность		E	Витамины, я	иг				Минер	оальные вег		В «ВКУС	нодг
		3	Б 4	Ж	у 6	Ккал	B1	B2	C 10	A 11	E 12	Ca 13	P 14	Mg 15	Fe 16	Zn 17	18	
1	2	3	4	5	0	1	8	9	10	11	12	13	14	10	1.0	-17	E 10	
	ЗАВТРАК																122	
	Омлет натуральный	150/5	15,1	22,76	2,9	197	0,032	0,265	0,032	0,03	0	283	365	0,032	0,026	1,23	0,036	
	Яйца І кат.	114															CKAO	DEPALIVE
340	Молоко свежее 3,2% жир	43															77	DEPINE
	масло растительное	2			- 1												T.L.	DEAM.
	масло сливочное	10			***													
п/п	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,03	119	0.08	0,025	0	0,0005	0.98	11.5	42	16,5	0,9	0,3675	0	
1011	Чай с сахаром и молоком	200	1.6	1.65	17.36	86	0,02	0,08	0,75	0.01	0,045	65,25	53,24	11.4	0,89	0,2	0,0045	
	Чай	0.4	1,0	1,00	1,400													
685	Сахар песок	15																
	Молоко свежее 3,2% жир	50														38		
n/n	Печенье	20	1.5	2,36	14.88	87	0,01	0,01	0	0	型の担けを	8,6	24,4	4.4	0.36	0	0	1
11/11	Итого:	20	22,15	27,27	59,17	489	0,142	0.38	0,782	0,0405	1,025	368,35	484,64	32,332	2,176	1,7975	0,0405	23%
	ОБЕД		2213	21,41	39,17	407	0,142	0,00	0,702	0,0400	11020	50000	10 110 1					
	ОВЕД																	
	Суп крестьянский со сметаной	200/10	10,3	16,6	65,2	135	0,098	0,147	11,93	0,245	0,665	138,23	106,67	0,023	0,068	2,36	0,0035	
	Картофель свежий	20	100	1010	2010													
	Капуста свежая	24																
	Морковь свежая	9																
134	Лук репчатый свежий	8																
	Масло растительное	4	1															
	крупа рис	8																
	Сметана 15% жирности	10																
	Биточки из говядины	80	16,35	15,6	7,11	168	0,06	0,11	0,285	0,008	0.631	28.04	140,389	19,345	0.921	1,966	0,005	
51 n/n	говядина 1 кат. охлажденная	105	1000	10.0	7,111	100	0,00											
	Масло растительное	2																
	Соус томатный	30	0.14	1,22	1.1	16	0.00321	0.00182	0.15	0.03	0.0402	1.01	3,88	0.89	0,03	0,0135	0,00009	
	Мука пшеничная в/с	1,3	0,1.4	1,000		10	010000											
	Томатная паста	7,5	11															
	Морковь свежая	1.8														-		
587	Лук репатый	0,6																
	Масло сливочное	1.3																
	Сахар песок	0.3																
	Масло растительное	0.3						1										1
516	Макароны отварные	130	4,446	7,93	29,64	194,57	0,069	0,019	0	0,011	0,29	4,59	39,494	0,1127	0,27	0,274	0,00044	1
310		0,000	4,440	1,25	20,04	127907	0,000	0,015	The second of	9,011	0,00	100						1
	макаронные изделия	44,2														 		1
	масло сливочное	4,3			10.0	0.5	0.064	0.00	0	0.0001	0.704	0.2	22.6	12.2	0.72	0,294	0	1
п/п	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,24	96	0,064	0,02	0	0,0004	0.784	9,2	33.6	13,2	0,72	0,294	0,002	1
п/п	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,68	72	0,072	0,032	0	0,004	0,88	14	63.2	18,8	1,56	0,48	0,002	1
639	Компот из изюма	200	1	0	27,4	112	0,2	0	8	0	0	40	36	20	0,4	0	0	-
	Изюм	20						_										1
	сахар песок	20														0.1.101	0.01	-
	Икра свекольная	20	0,6	0,6	14,9	76.5	0,0075	0.0225	2,615	0,015	0	12	8,25	8,5	1,15	0,1425	0,01	-
	Свекла	19,2																-
	Лук репсатый	4,2																-
78	томатное пюре	3											-					-
	масло растительное	1,6																-
	Сахар песок	0,24																+
	Лимоная кислота	0,09																
	Итого:		38,636	42,83	178,27	870,07	0,57371	0,35232	22,98	0,3134	3,2902	247,07	431,483	80,8707	5,119	5,53	0,02103	40%
	полдник																	
		***		0.15	10.0		0.02	0.05	20	0.10		0.26	20	0,64	0,3	0	0	1
п/п	Мандарин свежий	200	1,2	0,45	12,2	60	0,03	0,07	22	0,12	0	0,26	30 132,6231	0,64	0,18	0,8643	0	1
п/п	Вафли	30	0,84	0,99	23,19	106	0,03	0,1632	0	0.07623		0,0326				0.8643	0	1
п/п	Сок абрикосовый	200			27	92	0,2	0	8	0	0	40	36	20	0,4	0,8643	0	12%
	Итого:	-	3,04	E 01346	62,39	258	0,26	0,2332	30	0,19623	0	40,2926	198,6231	20,64				75%
	Bcero:	110	63,826	PA71,54	299,83	1617,07	0,98	0,97	53,76	0.55	4.32	834,00	1114,75	133,84	8,18	8,19	0,06	15%

День: Пятница Неделя: Четвертая

Сезон: осенне-зимний и весенний Возрастная категория: с 7 лет до 11 лет

улоу СОШ г.Саянска: Генеральный диржубор ООО Вкуснодел Землянская Л.М.

№	II	Масса порции,	Пиш	цевые вещес	тва, г	Энергетическая ценность		E	Витамины,	МΓ				Минера.	пьные веще	ества, мг	BE DEV	CHOR
ецепт.	Прием пищи, наименование блюда	Г	Б	Ж	У	Ккал	BI	B2	C	A	Е	Ca	Р	Mg	Fe	Zn	E "(BK)	еснод
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	3.0
vinned	ЗАВТРАК																A	
	Котлеты из мяса кур	80	11,2	11,51	8,43	145	0,072	0,032	0,312	0,00567	0,302	32,7	132,84	5,07	0,0236	0,954	0.002	4
99 п/п	мясо кур охлажденное	105															Carckag	
	масло растительное	2															CKAO	
	Соус томатный	30	0.14	1,22	1.1	, 16	0,00321	0,00182	0.15	0,03	0,0402	1,01	3,88	0,89	0,03	0.0135	0,00009	ACT - LAMPA
	Мука пшеничная в/с	1.3				100											- City	The state of
	Томатная паста	7.5																
	Морковь свежая	1.8																
587	Лук репатый	0,6									1							
	Масло сливочное	1.3																
	Сахар песок	0.3																
	Масло растительное	0.3																
	Каша перловая вязкая	130	2,6	3.9	18.5	120.47	0.28	0,014	0	0,0104	0.95	18,47	79,84	0,028	0,36	0,54	0,005	
302	крупа перловая	27.8	2,0	3.0	10.0	120117	0,00	0101			-							
7.0%	масло сливочное	5								1								
	Какао с молоком	200	2.9	5	32,5	190	0,04	0,016	1.3	0,03	0,09	122,6	116,2	4,02	0,067	0,4	0,009	
	какао-порошок	4	417		JAN	1,70	0,07	VIVIO		VIVO	VIU	1		1				
593	Сахар песок	20																
	Молоко свежее 3,2% жир	100								1								1
n/m	Конфета шоколадная	20	0.6	0,45	14	63	0,008	0,01	10,22	0,0023	0.08	2,4	5,6	0,0021	0,0014	0.02	0	
<u>п/п</u> п/п	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,64	0.48	13,68	72	0.09	0.04	0	0,005	1.1	17.5	79	23,5	1,95	0,6	0,0025	
11/11	Итого:	30	20,08	22,56	88,21	606,47	0,49321	0,11382	11,982	0,08337	2,5622	194,68	417,36	33,5101	2,432	2,5275	0.01859	32%
	ОБЕД		20,00	24,30	00,41	000,47	0,47321	0,11302	11,70%	0,00337	2,5022	174,00	417650	DOLUTOI	MC 1D M			
	ОВЕД																	_
	Суп с клёцками	200/20	2,93	4,44	12,66	103	0,0129	0,0495	1,5	0,12	2,81	21,33	50,96	0,023	0,156	1,822	0,03	
	Мука пшеничная в/с	14,8																_
	масло сливочное	3,7																
155	яйцо кур 1 категории	4,2																
	Молоко свежее 3,2% жир	23,2																
	Морковь свежая	8																
	Лук репчатый свежий	8										(7)						
	Котлета рыбная	80	12,16	5,68	6,98	128	0,082	0.0825	1.03	0.04	0,29	21,02	58,25	19,2	0,863	0.108	0.003	
88 п/п	Минтай св/мороженый- филе п/п	105																
	Масло растительное	2																
	Сложный гарнир	75/75	2,78	6,07	12,84	126	0,06	0,07	2,31	0,021	0,01	8,26	72,34	13,2	0,03	0,52	0,0095	
		75		100														7
	капуста свежая	4.5	_					-	1	+								
	морковь свежая	4.0						+		+		1						1
	лук свежий репчатый	6	-				_	_	-	+		-						-
553	томатная паста	0.9		_			_	_		+		-				1		-
	мука пшеничная в/с						_	-	+	+								
	картофель свежий	64,12							1	+	1							-
	Молоко свежее 3,2% жир	11,5		-				-	+	1		_						-
	масло сливочное	6						_	_	-		-						1
- 7	масло растительное	10	2.16	0.4	10.24	06	0.004	0,02	0	0,0004	0,784	9,2	33,6	13,2	0,72	0,294	0	
п/п	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,24	96	0.064			0,0004	0,784	14	63,2	18,8	1,56	0.48	0,002	
n/n	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,68	72	0.072	0,032	0,4	0.004	0,88	44.8	15,4	6	1,26	0.002	0.002	-
	Компот из сухофруктов	200	0,44	0	28,88	116	0	0,01	0,4	0	U	44.8	15.4	0	1,20	0.002	0	-
639	смесь сухофруктов	20				-	+	+	_	+								-
10	сахар-песок	20	0.17	0.014	0.00		0.0045	0.00	0.149	0.0000	0.016	2.75	6	2,1	0.09	0,03	0,045	
40	Огурец свежий долька	20	0,16	0.015	0.52	3	0,0045	0,06	0,167	0.00675	0.015	3.75	299,75	72,523	4,679	3,256	0,045	34%
	Итого		24,27	17,085	94,8	644	0,2954	0,324	5,407	0,19215	4,789	122,36	299,75	14,543	4,079	3,430	0,0073	347
	полдник																	_
n/n	Хлеб ржано-пшеничный	40	2.64	0,48	13,68	72	0,072	0,032	0	0,004	0,88	14	63,2	18,8	1,56	0,48	0,002	-
337	Яйцо вареное	40	AUH	1	West Land	and a switch	0,028	0.176	0	0,1	0,8	22	76,8	4,8	1	0,005698	0,008	
697	Молоко кипяченое	200 €	0560 A	6.4	9,4	116	0,08	0,2	3	0,06	0,4	240	180	28	0,12	0,8	0,023	<u></u>
-	Итого		8,24	6,88	23,08	188	0,18	0,408	3	0,164	2,08	276	320	51,6	2,68	1,285698		10%
	Bcero:	1/8 000	52,59	46,525	206,09	1438,47	0,97	1,26	20,39	0,44	9,43	864,00	1037,11	157,63	9,79	7,07	0,14	75%

День: Суббота Неделя: Четвертая

Сезон: осенне-зимний и весенний Возрастная категория: с 7 лет до 11 лет

вмоу сош г.Саянска: Генерадыми директор 000 Втустоде. Землянская Л.М.

о рецепт.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищ	евые вещес	тва, г	Энергетическая ценность		В	итамины, м	(F				-	ные вещест	62 31	
			Б	Ж	У	Ккал	Bl	B2	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	Zn	виуснол
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	7	DHAK HAD
	ЗАВТРАК																1
		100/0	1.76	0.00	24.64	239	0,09	0,17	1.8	0.04	0,92	155	139,9	23,23	0,31	0,625	0,011
	Каша молочная манная вязкая	150/5	1,75	8,22	34,64	239	0,09	0,17	1,0	0,04	0,72	100	100,0	a dia dia dia dia dia dia dia dia dia di	0,0	M	
202	Крупа манная	23,1														8	Chi
302	Молоко свежее 3,2% жир	105														-	AAA DE DE DE DALLY
	масло сливочное	5															AAR DE DEPALW
	Сахар песок	-	0.0	0.05	1001	57	0	0,01	0,01	0	0	5.25	8:24	4,4	0,86	0	0
	Чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	3/	0	0,01	0,01	0	0	3,423	0,27	1,1	0,00		
685	Чай	0,4															
	Сахар песок		2.05	0.6	24.02	119	0,08	0,025	0	0,0005	0,98	11,5	42	16,5	0,9	0,3675	0
п/п	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,03		0,004	0,023	0,16	0,026	0.03	100	54	5 .	0,11	0,35	0
11	Сыр Российский долька	10	4,6	5,8	0	72 487	0,004	0,03	1,97	0,0665	1.93	271,75	244,14	49,13	2,18	1,3425	0,011
	Итого:		10,5	14,57	73,68	48/	0,174	0,235	1,97	0,0003	1,93	2/14/3	244,14	47,13	2,10	140.100	04022
	ОБЕД																
	0	200/20/10	4.72	6.32	26,7	216	0,08	0,1239	4,12	0,0123	0,02	76,25	146,3	33,91	0,0236	0,0263	0,004
	Свекольник со сметаной	64	4,/2	0,32	20,7	210	0,00	0,1407	741.60	Olorano	O LO M	, 0,42					
	Свекла свежая	43															
	Картофель (отходы -30%)	10															
34	Морковь свежая	11															
34	Лук репчатый свежий	-		-			1						1				
	Томат-пюре	3		-													
	Масло растительное	5		-													
	сахар-песок	1		-	-												
	Сметана 15% жирности	10	11.00	11.0	10.05	200	0.06	0,11	0,285	0,00495	0,631	28,04	140,389	19,345	1.954	1,966	0,005
	Котлета из говядины	80	11,79	11,3	19,85	289	0,06	0,11	0,203	0,00493	0,031	20,04	140,307	17,545	1,751	1,700	
451 п/п	говядина 1 кат. охлажденная	105															
	Масло растительное	2				200	0.00221	0.00100	0.15	0,03	0,0402	1,01	3,88	0,89	0.03	0,0135	0,00009
	Соус томатный	30	0,14	1,22	1,1	35,5	0,00321	0,00182	0,15	0,03	0,0402	1,01	3,00	0,09	0,03	0,0133	0,00007
	Мука пшеничная в/с	1,3															
	Томатная паста	7,5															
587	Морковь свежая	1,8															
507	Лук репчатый	0,6															
	Масло сливочное	1,3															
	Сахар песок	0,3															
	Масло растительное	0,3								0.0104	1.04	6,59	83.68	13,59	0.97	0,0537	0.01993
	Каша гречневая вязкая	130	6,67	6,76	21,84	145,6	0,146	0,052	0	0,0106	1,04	0,39	83,08	13,39	0,97	0,0337	0,01993
510	крупа гречневая	32															
	масло сливочное	5							A	0.0004	0.704	0.2	22.6	12.0	0,72	0,294	0
п/п	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,24	96	0,064	0,02	0	0,0004	0,784	9,2	33,6	13,2 18,8	1,56	0,294	0,002
п/п	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,68	72	0,072	0,032	0	0,004	0,88	14	63,2	20	0,4	0,48	0,002
639	Компот из кураги	200	1	0	27,4	112	0,2	0	28,5	0	0	40	30	20	0,4	0	0
037	Курага	20															
	сахар песок	20								0.0#	0.1	21	3,57	11.16	0,12	0,0238	0,0004
п/п	Горошек зеленый консервированный	20	0,6	0,04	11,8	8	0,02	0,01	1,4	0,05	0,1	3,6		11,16	5,7776	2,8573	0,0004
	Итого	:	30,72	26,52	141,61	974,1	0,64521	0,34972	34,455	0,11225	3,4952	178,69	510,619	130,895	5,///0	4,03/3	0,03144
	полдник																
	1	200	0.0	0.0	20.6	90	0,02	0,06	15	0.2	0	32	22	17	0.00653	0.38	0,01
(54	Яблоко запеченое	200	0,8	0,8	29,6	90	0,02	0,00	13	Ugh	U	34	De de	*/	3,0000		
674	яблоко свежее	200		-	-		_										
	Сахар песок	10	221		100	10	0.06	0,3	0,3	0,04	0	203,56	182	18	0	0	0
/	Снежок	200	5,84	116	7,2	68	0,06			0,04	0	235,56	204	35	0,00653	0,38	0,01
n/n	Итого	1 6/3	47,82	47,89	36,8 252,09	158 1619,1	0,08	0,36	15,3	-	5,4252	845	1072	215,025	7,96413	4,5798	0,05242
11/11	Bcero:						0,89921	0,94472	51,725	0,41875	5.4252	845	10/2	413,043	1 / .7091.3	4,0170	UAUJATA

0	водное меню для	оетей с 7 лет и	00 11 лет оля об	учающихся в МС	У СОШ г.Саянс	ка		Ответственный за организацию го	оячего питания в МОУ СОШ г.Свянска	а: Генеральный директор ООО Вкуско	men 3cmanyuun AM
1.1	1.2	1.3.	1.4	1.5	f.e.	2.1	2.2.	2.3.	2.4.	2.5	SP28mmin
иточим мисиын (п/фабр)80 мытиый соус 30	Котлеты из мися кур (п/фабр)80 Соус томптикай 30	Рыба започенная в малочном соус (п/фабр)80/40	Котлети из говидины (п/фибр)80 Соус томитный 30	Гулин из филе кур(и/фабр) 80	Омлет с полбасой и мислом сливочнымі 50/5	Каша молочная "Дружба"150	Котлета рыбшан(п/фабр)80	Шинцель из говидины (п/фабр) 80 соус томатный 30	Пудинг творежный се сг. Мелеком 150/30	Тофтели (п/фабр) с соусом смет- томат 80/30	Маниси умерична по- ведини радоси 60
не принущенный 130	Макароны отварные 130	Картофельное шоре 150	Вермишель отварная 130	Каша инненная вимсая 130			Картофель отнарной 150	Каша гречиеван виз 130		Рис принущенный 130	Кадууга тушеная 150
ай с сахаром и линеоном200/7	Чай с сахаром/200	Чай с моложом 200	Чай с сахаром200	Компот из извома 200	Какао с молоком 200	Чай с сахаром и лимоном200/7	Чай с сахаром200	Чай с молоком 200	Чай с сахаром и лимоном200/7	Компот из изиона 200	RENCHO
леб шиевичный50	Хле6 пшеничный50	Хлеб шиевичный:50	Хлеб пшеничный50	Хлеб пшеничный50	Хлеб пшеничный50	Хлеб пшеничный50	Хлеб пинешчикай50	Хлеб пинеш-шый50	Хлоб пшени-шълд50	Хлеб пшеничный50	X. M. IMPROVED IN THE PROPERTY OF THE PROPERTY
еченье пром/п 20	Сыр голлицский (порционно)10	башан 200	Огурец свемий долька 20	Яблоко 200	Зеленый горошек консервированный пром/п20	Гор бутерброд с колбасой и сыром 30/15/10	Нира кабачковая пром/п 20	Нира свекольная 20	Вафли пром/п 30	Gamase 200	Сын гылландский (порционно)10
и из св квиусты со сметаной	Сун картофельный с колбасой	0	SOA .	A	Суп картофельный с макаронами				SA .	Company	
90/10	200/15	Борщ со сметаной 200/10	Сун картофельный с горохом 200	Сун киртофельный с рыб консервами 200/25	200	Сун с илёцками 200/20	Рассольник со сметаной 200/10	Суп картофельный с ишеном 200	Борщ со сметиной 200/10	200/20/10	Сут вретильский со сметаной 200/ТО
Іницель из говадины(п/фабр) 80	Фрикадельки в соусе томатиом 50/25	Тефтели (п/фабр) с соусом смет- томат 80/30	Рыба запеченая под опощами (п/фябр)80/30	Баточки из говадины (п/фабр) 80	Шинцель из говядины (п/фабр) 80	Гулини из филе кур(п/фабр) 80	Котлета из говидины (п/фабр) 80	Рыба запеченая под опощами (п/фабр)80/30	Грудка кур запеченая с сыром (п/фабр)80	Рыба запеченная в молочном соус (п/фабр)80/40	Котлета из голивана (п/ааба) 80 Соус томатный 30
артофель отварной 150	Каппа гречневан виз 130	Каша перловая виз 130	Картофель отварной 150	Капуста тушеная 150	Картофельное торе 150	Каша перловая вяз 130	Макароны отварные130	Сложный гариир 75/75	Каша пшенная вязкая 130	Картофельное шоре 150	Каша гречневая ваз 130
лоб шиеничный 40	Хлеб пшеничный 40	Хлеб пшеничный 40	Хлеб пшеничный 40	Хлеб пиненичный 40	Хлеб пшешчный 40	Хлеб пшеничный 40	Хлеб пшешчикай 40	Хлеб вшеничный 40	Хлеб пшеничный 40	Хлеб пшеничный 40	Хлеб пиненичный 40
	Хлеб размо-ишен 40	Хлеб ракано-пшен 40	Хлеб расано-пшен 40	Хлеб ракано-пшен 40	Хлеб ржано-пшен 40	Хлеб рокано-пшен 40	Хлеб рокано-пшен 40	Хлеб ржано-пшен 40	Хлеб расано-пшен 40	Хлеб расамо-шшен 40	Хлеб ржано-пшен 40
исель из плодово-ягодного онцентрата 200	Компот из шиповиниса 200	Компот из сухофруктов 200	Компот из кураги 200	Компот из яблок с лимоном 200	Кисель из шиповинка 200	Компот из кураги 200	Компот из сухофруктов 200	Компот из шиповинка 200	Кисель из соки фруктового 200	Компот из яблок с лимоном 200	Компот из сухофруктов 200
	Гренки пшеничные 15		Гренки пшеничные 15					Грения пшеничные 15			
куруза консервированнав ом/п 20	Икра свекольная 20	Зеленый горошек консервированный пром/п 20	Помидор свемяй долька 20	Нира кабачиовая пром/п 20	Кукуруза консеранрованная пром/п 20	Нягра морковная 20	Огурец свений долька 20	Кукуруза консерпированная пром/п 20	Зеленый горошек консервированный пром/п 20 дини	Помидор свежий долька 20	Икра свекольная 20
ины со сл мяслом 60/3	Вафли пром/и 30	омлет натуральный с маслом 150/5	Печенье пром'я 20	Сыриния творожные со ст.	Блины со сл маслом 60/3	Яблоко печеное 200	Печенье пром/п 20	Зефир 30	Булочка дорожная 50	Блины со сл маслом 60/3	Печенье пром/п 20
	Яблоко 200	хлеб разано-шшен 50	Мандарин 200	Моложом 100/30			The state of the s		Ябложо 200	District Co. Co. State Co.	Мандарии 200
элож киштеное 200	Свижные 200	Сок яблочный 200	Бифидок фрукт 200	Сок вишиевый 200	Молоко кипяченое 200	Бифидок фрукт 200	Свезения 200	Молоко киняченое 200	Бифидан фрунт 200	Carranose 200	Молоко кипиченое 200
3.1	3.2	3.3	3.4	3.5	3.6					46	
		\$	трак			4.1	4.2	4.3	TPAK	HOLES IN A CONTROL OF	4.6
ницель из говядины фабр)80 соус томатный 30	Биточин из говидины (п/фабр) 80	Тефтели (п/фабр) с соусом смет- томат 80/30	Рыба запеченная в сметаниом соусе (п/фабр)120	Гуляни из филе кур(п/фабр) 80	Омлет с сыром и маслом сливочным 150/5	Каша молочная рисовая 150	Грудка кур под сыром (п/фабр)89	Плов с мяса говядины (п\фабр) 200	омлет патуральный с маслом 150/5	Котлеты из миса кур (п/фабр)80 соус томатиый 30	Каша молочная манная 150
вкароны отпарные130	Каша пшенная вязкая 130	Каша гречневая виз 130	Рис принущенный 130	Верминель отварная 130			Картофель отварной 150			Каша перловая вяз 130	
ий с сахаром200	Чай с молоком 200	Чай с сахаром и лимоном200/7	Чай с сахаром200	Чай с молоком 200	Компот из сухофруктов 200	Чай с сахаром200	Компот из изима 200	Чай с сахаром и лимоном200/7	Чай с молоком 200	Какао с молоком 200	Чай с сахаром200
еб пшеничный50	Хлеб пшеничный50	Хлеб пшеничный50	Хлеб пшеничный50	Хлеб пшеничный50	Хлеб пшештикай50	Хлеб шиеничный50	Хлеб пшешгчный50	Хлеб пшеничный50	Хлеб пшеничный50	Хлеб пшеничный50	Хлеб пшеничный50
гра кабачкован пром/н 20	Вафли пром/п 30	Мандарии 200	Конфети шоколадиан 20	Масло сливочное (порционно) 5	Зеленый горошек консеринрованный пром/п 20	Гор бутербрад с колбасой и сыром 30/15/10	Яблоко 200	Награ кабачкован пром/п 20	Печенье пром/п 20	Конфета шоколадная 20	Сыр российский (порционно)10
			АД					00	ед		
	Свекольник со сметаной и віщом 200/20/10	Сун картофельный с рыб консервами 200/25	Щи со сметаной 200/10	Суп картофельный с ишеном 200	Сун картофельный с колбасой 200/15	Борщ со сметаной 200/10	Рассольник со сметаной 200/10	Сун картофельный с горохом 200	Суп крестьянский со сметаной 200/10	Сун с илениемы 200/20	Свекольник со сметаной и яйцом 200/20/10
охбили (п/фабр)80	Котлета рыбиан(п/фабр)80	Сосиска отвариая50	Жаркое по-домашиему (п\фабр) 200	Рыба запеченая под овощами (п/фабр)80/30	Биточки из говядины (п/фабр) 80 Соус смет-томат 30	Шинцель из говядины (п/фабр)80	Сосиска отварная 50	Колбаса запеченая по- лешниг радски 60	Биточил из говядины (п/фабр) 80 Соус томатный 30	Котлета рыбнан(п/фабр)80	Котлета из говядины (п/фабр)80 Соус томатный 30
на перловая виз 130	Картофель отварной 150	Сложный гаринр 75/75		Картофельное шоре 150	Каша гречиевая виз 130	"Перо" - Макароны отварные 130	Капуста тушеная 150	Каша гречневая виз 130	Макароны отварные 130	Сложный гариир 75/75	Каша гречневая вяз 130
еб пшеничный 40	Хлеб пиленичный 40	Хлеб пшеничный 40	Хлеб папеничный 40	Хлеб пшеничный 40	Хлеб пшеничный 40	Хлеб пшеничный 40	Хлеб пшеничный 40	Хлеб пшеничный 40	Хлеб пшеничный 40	Хлеб пшеничный 40	Хлеб пшеничный 40
		V			Хлеб ржано-пшен 40	Хлеб ракано-пшен 40	Хлеб ракано-пинен 40	Хлеб ракано-пшен 40	Хлеб расано-пшен 40	Хлеб ржано-пшен 40	Хлеб ржано-пшен 40
еб ржано-шиен 40	Хлеб ржано-ишен 40	Хлеб рисано-пшен 40	Хлеб ржано-пшен 40	Хлеб ржано-пшен 40	Алео рикино-пшен 40	Vice hwane umen 40					
	Компот из сухофруктов 200	Хлеб ризано-шиен 40 Кисель из плодово-игодного концентрата 200	Компот из яблок с лимоном 200	Компот из кураги 200		Компот из сухофруктов 200	Кисель из сока фруктового 200	Компот из шиповинка200	Компот из изволея 200	Компот из сухофруктов 200	Компот из кураги 200

Директор МОУ "COШ NE 2" Jan / Мискальчук В.П. 2 4. 12 2020 . 3

16 som 200

терброд горячий с сыром 30/5/15 Вафли пром/п 30

Іандарын 200

Сок яблочный 200

Бифидок фрукт 200

Печенье пром/п 20

Бифидок фрукт 200

Сок персиковый 200

Яблоко 200

Ведущий специалист - эксперт Территориального отдела Управления Роспотребнадзора по Иркутской области в г.Зиме, Зиминском районе и г.Саянске

Сок персиковый 200

Вафли пром/п 30

Сок абрикосовый 200

яченое 200 Сневом 200

дом районе и г. Самиске ДИД Т. А. Минаева

ДС., О.Г. ДСДС 2

Яблоко печеное 200

Отчет по питанию по примерному 24-ти дневному меню детей с 7 лет и до 11-ти лет для обучающихся в МОУ СОШ г.Саянска

											Таблиц	а распр	еделени	я пище	вых вен	еств и	энергии			OM	1						
	3.3	1.2	1.3	1.4	1.0	1.0	2.1	2.2	2.5	2.A	2.5	2.6	3.1	3.2	3.3	3.4	3.8	3,6	4.1	4.1	4.5	4.4	4.5	4.6	среднедиван	суточная морыя	76 % or cyroneed Hopeine
белися	50,42	53,74	53,00	51,91	56,61	58,81	63,49	65,33	64,32	52,00	61,38	52,90	71,96	51,28	63,26	58,88	55,00	56,65	52,18	61,25	56,05	60,23	64,42	50,93	57,78	77	57,75
жеры	50,71	63,39	62,13	71,00	57,75	57,39	62,44	69,65	55,83	55,74	56,24	57,04	64,84	49,76	59,06	58,28	58,40	53,94	63,31	66,99	59,41	62,55	50,04	56,17	59,25	79	59,25
углеводы	224,14	263,88	266,55	242,91	261,29	205,11	233,98	206,43	254,03	215,13	268,92	207,92	274,07	272,43	293,00	239,61	246,12	230,06	278,06	283,47	290,57	286,98	252,11	250,35	251,25	335	251,25
жилорийность.	1689,9	1974,0	1665,5	1987,0	1820,0	1642,3	1645,0	1694,6	1743,4	1899,0	1878,0	1746,1	1735,9	1577,0	1744,6	1737,0	1986,0	1628,1	1869,0	1813,3	1788,6	1648,1	1739,5	1648,1	1762,5	2350	1762,5
Витамии В1	0,88	0,80	0,88	1,00	0,96	0,87	1,02	0,57	1,02	1,04	0,76	0,93	1,00	0,90	0,97	0,76	0,99	0,77	0,88	0,95	0,80	1,00	0,99	0,90	0,9	1,2	0,9
Витамии В2	1,20	1,01	0,88	0,75	0,88	1,35	0,92	0,82	0,78	1,51	0,91	0,86	1,50	0,84	0,90	0,84	1,42	0,77	0,78	0,87	0,90	1,03	1,26	0,78	1,05	1,4	1,05
Вихимии С	39,17	31,86	37,46	47,48	61,26	41,20	36,15	52,00	47,64	45,50	46,90	63,85	34,52	39,00	63,09	26,25	38,00	64,99	41,00	35,20	50,97	33,06	48,27	53,19	45	50	45
Вахимин А	0,56	0,48	0,49	0,43	0,53	0,71	0,96	0,68	0,40	0,31	0,45	0,75	0,31	0,63	0,62	0,70	0,75	0,70	0,65	0,51	0,53	0,49	0,61	0,47	0,52	9,7	9,52
Витамии Е	5,94	5,82	6,46	6,04	6,85	8,02	6,94	9,40	7,92	8,03	6,13	5,79	9,85	9,64	6,36	8,22	6,14	6,79	9,50	9,88	6,78	6,41	9,79	6,64	7,5	10	7,5
Kazannik	824	826	824	835	835	837	856	853	854	834	827	834	854	768	815	665	854	824	814	808	824	834	864	845	825	1100	925
Фосфор	1374	1238	1239	1275	1245	1270	1359	1358	1652	1215	1084	1246	1354	897	1354	1219	1354	925	1271	1286	1003	1065	1170	1072	1237,5	1650	1237,5
Marunit	159	151	182	182	201	182	216	199	202	155	214	171	212	196	194	187	187	198	187	178	180	168	187	192	187,5	250	187,5
Железо	9	10	11	7	8	7	7	10	9	7	6	11	. 8	9	9	10	7	9	11	9	7	10	8	8	9	12	9
Hume	7,0	6,5	6,5	8,0	7,0	6,9	6,7	6,5	8,8	8,2	8,1	8,5	6,6	5,5	7,4	6,3	6,1	8,5	8,2	10,0	8,5	8,3	7,3	8,6	7,5	- 10	7,5
Йод 💮	0,063	0,060	0,068	0,115	0,032	0,076	0,035	0,067	0,059	0,069	0,052	0,085	0,029	0,025	0,133	0,058	0,068	0,069	0,072	0,093	0,052	0,069	0,132	0,057	0,075	0,1	0,075

						7	аблица	pacnpe	еделения	и в проц	ентном	отнош	ении пи	щевых	вещест	в и энер	non uns	риемам	пищи								
La din La Garda	1,1	1.2	1.3	1.4	1.5	1.8	2.1	2.2	2.3	2.4	2.5	2.5	3.1	3.2	3,3	3.4	3.5	3.0	4.1	4.2	4.3	4.4	4.5	4.6	среднединин	суточная норыя	75 % ат суточной нолим
зантрак %	26%	25%	23%	31%	27%	23%	31%	30%	26%	23%	24%	24%	22%	29%	24%	25%	28%	23%	28%	21%	32%	27%	26%	23%	25%	25%	25
обед %	32%	35%	37%	33%	35%	34%	35%	38%	35%	36%	38%	39%	43%	36%	32%	29%	33%	41%	36%	30%	29%	40%	28%	37%	35%	35%	35
полиние %	17%	15%	15%	11%	14%	17%	8%	7%	14%	16%	13%	11%	10%	10%	19%	21%	14%	11%	11%	24%	14%	9%	21%	15%	THE RESERVE THE PERSON NAMED IN COLUMN TWO IS NOT THE PERSON NAMED IN COLUMN TRANSPORT NAMED IN COLUMN TWO IS NOT THE PERSON NAMED IN COLUMN TRANSPORT NAMED IN COLUMN TWO IS NAMED I	15%	15
общее %	75%	75%	75%	75%	75%	75%	75%	75%	75%	75%	75%	75%	75%	75%	75%	75%	75%	75%	75%	75%	75%	75%	75%	75%		75%	75

Среднедневное соо	тношение пищевых веществ: белков, жиров и уг	леводов в процентном отношении от калорийности	(%)
	Белия / Каллорийность	Жиры / Каллорийность	Углеводы / Каллорийность
во ворме САНПяН	10 - 15	30 - 31	55 - 60
фактически по 24-лиевному меню	13	30	67

					Description of the last of the	1 0000000000000000000000000000000000000		Табли	ща рас	пределе	ния сре	несуто	чных н	іборов і	ищевы	с проду	ктов										
	1.1	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6	2.3	2.2	2.3	2.4	2.5	2.5	3,1	3.2	3.3	3,4	3.5	3,6	4.1	4.2	4.5	44	4.5	4.6	среднедневн	суточная норыя	76 % от суточи нормы
хлеб ржано-пшеничні	40,0	40,0	90,0	40,0	40,0	90,0	40,0	90,0	40,0	90,0	90,0	40,0	90,0	40,0	40,0	90,0	70,0	40,0	90,0	40,0	40,0	40,0	90,0	40,0	68,00	90	60
хлеб ишеничный	90,0	149,0	104,4	120,0	120,2	154,0	90,0	150,0	120,2	90,0	90,0	154,0	120,2	104,4	150,0	110,4	104,4	120,0	100,0	90,0	120,2	80,0	54,4	150,0	113,98	150	112.5
мука пинчичная	26,0	2,6	54,0	10,0	13,0		15,0	12,0	8,1	8,0	5,0	1,3	2,4		35,3	1,3		2,5	26,0	30,3	19,5	6,0			11,60	15	11,25
крупа, бобовые	0,0	78,0	27,8	32,5	23,1		39,3	4,0	8,0	26,0	25,0	40,0	45,8	46,8	39,0	50,9	54,8	32,0	23,1	46,0	18,0	28,0	64,0	41,0	34,00	45	
мякиронные изделия	44,2					8,0		44,2									44,2		44,2		44,2	44,2			11,38	15	11,25
картофель	184,0	90,4	128,3	132,0	120,0	188,3		220,0	124,1	22,0	43,0	298,0	94,8	145,0	144,1	275,0	145,0	90,4	254,0	112,0	200,0	141,0	64,1	166,2	147,03	188	141
овощи свежие, зелень	240,0	137,5	325,0	231,0	294,0	205,3	168,0	265,0	194,0	162,0	143,5	263,3	297,0	56,0	275,3	122,2	120,0	113,9	275,7	265,0	247,0	210,0	109,0	115,0	210,00	280	210
фрукты (плоды) свеж	200,0	200,0		200,0	200,0	26,0	200,0	20,0		200,0	200,0	200,0	200,0		264,0	200,0		200,0	20,0	200,0		200,0	200,0	200,0	138,75	195	138,75
сухофрукты		20,0	20,0			8,0		20,0	20,0		20,0	20,0	20,0	20,0				20,0	20,0	20,0	20,0			20,0	11,17	15	11,25
сою, нектары мясо жилованное і	200,0	200,0	200,0	200,0		200,0	200,0	200,0		200,0		200,0	200,0		200,0		200,0	200,0		200,0	200,0		200,0	200,0	150,00	200	150
HORT HERICATES I SERT	59,2	59,2	95,0		59,2	59,2		59,2	154,2			59,2	105,0	59,2	154,2	59,2		59,2	105,0			59,2		59,2	52,69	70	52,5
потрош куры		59,2		60,0			60,0			92,0	72,0						54,2			92,0	54,2		60,0		25,15	35	26,25
рыба филе			148,0	148,0				148,0			148,0			148,0			148,0						148,0		43,17	58	43,5
колбасные изделия	50,0	15,0				13,0						50,0	50,0							50,0	50,0				11,58	14.7	11.03
молоко (3,2%; 2,5%)	262,0	356,0	112,2	265,0	165,0	280,7	298,0	254,0	225,0	10,0	264,0	219,2	235,0	269,0	310,0	199,2	213,0	256,0	185,0	224,0	215,0	268,0	225,0	177,2	228,65	300	225
продукты (3,2%; 2,5 %)		200,0		200,0			200	200,0		200,0	200,0		200,0		200,0	200.0	200.0		200,0	200,0		100,0		200,0	112.50	150	
творог (не более 9%)					154,0				110,0					8,5		150,0				25.535	151,5	203/0	254,0		37,5	50	37,5
сыр	11,0	10,0					30,0	20,0		10,0		10,0		11,0	10,0		15,0		10.0	5,0	11		11,0	11,0	7,29	9,8	
Somee15%)	11,0		10,0					10,0	7,5	15,0	10,0	15,0		10,0	7,5	16,0	11.0	7,5		15.0		11.0	10,0	10,0	7,35	10	NAME OF TAXABLE PARTY.
маслю сливочное	30,0	12,0	25,0	25,0	22,0	13,3	20,0	45,0	25,0	22,0	25,0	11,8	16,6	12,0	19,3	20,3	14.0	19,4	16,0	29,0	8,3	15,0	55,0	7.5		30	hamman and the same and the sam
мисло растительное	6,5	4,6	4,0	12,0	12,0	17,9	11,0	10,0	14,0	6,0	17,0	6,3	8,0	14	15,3	2,3	8.9	4.5	8.3	13,0	16,0	4.0	13,7	12,3		15	CONTRACTOR DESCRIPTION
ийно кур	5,3		114,0		3,0	110,0	12,0		8,0	1,0	25,3	120,0		23,4	5,3	4,0		100,0	25.4	5.3	4.5	110.0	14,0	20.0	29,60	40	
сахар	15,0	35,3	37,0	35,0	35,0	45,0	75,0	20,0	45,0	22,1	39,8	20,3	35,0	41,0	25,0	49,3	15,0	20,0	45.6	9.0	15.0	56.0	54,0	29,0	30,00	40	30
изделия	20,0		1/3	20,0	DEFA	305	1/3	20,0			20,0	20,0	20,0					20,0				20,0	20,0		7,50	10	
vaii	0,4		0,4	0,4	12 0.4	1,0	12		0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4		0,4	0,4		0.4		0,4	0,4		0,4	0,31	0,4	CONTRACTOR AND ADDRESS.
KRERO		4,0	120	500		100 C	(4,0			4,0					4,0			4,0		4.0			4,0		0,90	1,2	
дрожжи хлебопекарна	2,0	11	- 36	7		2,0	107			2,0	2,0			2,0	2,0				2,0	2,0			2,0		9,75		9,75
содь	3.8	3,8	3.8	3.8	7.3.8	3.8	3.8	3.8	3.8	3.8	3.8	3.8	3.8	3.8	3.8	3.8	3.8	3.8	3.8	3.9	3.8	3.8	3.8	2.0	3.75	5	1.75

