

1 неделя - Стоимость питания 68,50 руб.

Меню завтраков в сельской школе для питания учащихся 1-4 классов на 2024 год

*Шиберева*

*Александр Павлович*

№	Наименование блюда	Выход блюда	Стоимость блюда	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность		Витамин С (мг)	Витамин В1 (мг)	Сахар (г)	Минеральные вещества (мг)	
							ккал	кДж				Мg	Fe
№ 205	Сырловник Москва 2003 г	Котлета на худ	34,53	8,3	14,9	10,6	191	0	0	0	90	26,4	1,9
№ 413	Оборник Москва 2003 г	Макаронные изделия отварные с соусом	8,57	5,5	2,2	33,3	196	0	0,05	0	34,1	20,5	0,82
№ 33	Оборник Москва 2006 г	Сыр парижский	10,08	2,6	1,05	0	57	0	0,04	0	6,4	7,6	0,5
№ 973	Сырловник Москва 2003 г	Повидло фруктовое	3,98	0,06	0	9,7	37	0	0	0	0	0	0
№ 973	Сырловник Москва 2003 г	Чай с сахаром	2,11	0,1	0,03	9,1	25	0,52	0,05	0,05	163	21,7	0,2
№ 338	Сырловник Москва 2003 г	Хлеб пшеничный	2,83	2,6	0,28	22,1	82,2	0	0	0	0	0	0
№ 311	Сырловник Москва 2003 г	Стоимость за день	62,1	19,16	18,47	84,8	588,2	0	0	0	0	0	0
№ 41	Оборник Москва 2006 г	Каша молочная "Дружба" на молоке	23,68	12,9	11,2	32,6	292	0,53	0,1	0,1	127	37,1	0,8
№ 943	Сырловник Москва 2003 г	Магистр отварной	7,9	0,1	7,2	0,14	66	0	0	0	0	0	0
№ 338	Сырловник Москва 2003 г	Чай с молоком и сахаром	5,27	1,4	1,4	11,2	61	0	0	0	0	0	0
№ 338	Сырловник Москва 2003 г	Фрукт (яблоко)	22,6	0,3	0,1	12,7	58	8,28	0	0	10,8	9	0,2
№ 338	Сырловник Москва 2003 г	Хлеб пшеничный	2,2	2,6	0,28	17,2	82,2	0	0	0	0	0	0
№ 338	Сырловник Москва 2003 г	Хлеб ржаной	1,57	1,65	0,3	9,9	49,7	0	0	0	0	0	0
№ 338	Сырловник Москва 2003 г	Стоимость за день	63,42	18,95	20,48	83,74	608,9	0	0	0	0	0	0
№ 601	Сырловник Москва 2003 г	Фрукты (яблоко)	44,29	11,1	10	18,5	224	1,9	0,01	0,01	25,2	22,4	0,8
№ 601	Сырловник Москва 2003 г	Каша вязкая гречневая	6,77	5,2	2,1	39,6	179	11,3	0,03	0,03	51,8	17,8	0,7
№ 601	Сырловник Москва 2003 г	Чай с лимоном и сахаром	3,83	0,2	0,03	9,3	37	0	0,01	0,01	47,8	5,42	0,05
№ 41	Оборник Москва 2006 г	Магистр отварной	7,9	0,1	7,2	0,14	66	0	0	0	0	0	0
№ 41	Оборник Москва 2006 г	Хлеб пшеничный	2,52	2,6	0,28	17,2	82,2	0	0	0	0	0	0
№ 41	Оборник Москва 2006 г	Стоимость за день	65,31	19,2	19,61	84,74	588,2	0	0	0	0	0	0
№ 338	Сырловник Москва 2003 г	ЧЕТВЕРГ											
№ 394	Оборник Уфа 2014 г	Тфтели рыбные	22,55	10,6	13,9	25,8	207	23,3	0,09	0,09	23,3	14,6	0,5
№ 203	Оборник Москва 2004 г	Картофель отварной	14,29	3	3,3	22,5	134	7,44	0,15	0,15	17,2	38,4	1,5
№ 33	Оборник Москва 2006 г	Сыр парижский	10,08	2,6	1,05	0	57	0	0,04	0,04	6,4	7,6	0,5
№ 973	Сырловник Москва 2003 г	Чай с сахаром	2,11	0,1	0,03	9,1	25	0,52	0,05	0,05	163	21,7	0,2
№ 973	Сырловник Москва 2003 г	Хлеб пшеничный	40	2,52	2,9	0,32	19,6	94	0	0	0	0	0
№ 973	Сырловник Москва 2003 г	Стоимость за день	52,8	51,55	19,2	77	517	0	0	0	0	0	0
№ 438	Сырловник Москва 2003 г	Омлет картофельный	33,59	11,8	11,1	5,4	233	0,52	0,09	0,09	80,1	13,4	2
№ 41	Оборник Москва 2006 г	Магистр отварной	7,9	0,1	7,2	0,14	66	0	0	0	0	0	0
№ 959	Оборник Москва 2006 г	Каша с яблоком	9,68	3,7	3,1	24,9	125	0,52	0,05	0,05	163	21,7	0,2
№ 338	Сырловник Москва 2003 г	Фрукт (яблоко)	22,8	0,3	0,1	12,7	58	8,28	0	0	10,8	9	0,2
№ 338	Сырловник Москва 2003 г	Хлеб пшеничный	2,33	3,3	0,36	22,1	106	0	0	0	0	0	0
№ 338	Сырловник Москва 2003 г	Стоимость за день	76,3	19,2	21,86	65,24	588	0	0	0	0	0	0
№ 338	Сырловник Москва 2003 г	Итого за неделю	318,68	95,71	99,03	395,52	2890,3						
№ 338	Сырловник Москва 2003 г	Средняя за 1 неделю	63,736	19,142	19,806	79,104	578,06						11,08





2 неделя - Стоимость питания - 68,50руб.

Меню завтраков в сельской школе для питания учащихся 1 - 4 классов  
на 2024 год

Наименование Блюда	Выход блюда	Стоимость блюда	Эн			Витамин (мг)			Минеральные вещества (мг)			
			Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	С*	В1*	Са	Мг	Fe		
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>												
№ 374 Сборник г. Уфа 2014 г.	Рыба, тушенная с овощами	75/50	27.4	13.1	9.7	3.8	140	4.71	0.06	102	28.5	0.7
№ 443 Справочник г. Москва 2003 г.	Картофельное пюре	150	14.08	6.09	4.59	17.9	123	15.6	0.01	69.5	34.5	0.9
№ 41 Сборник Москва 2006 г.	Масло сливочное порционно	10	7.9	0.1	7.2	0.14	66	0.14	0.14	66	66	0
№ 943 Справочник г. Москва 2003 г.	Чай с сахаром	200	2.11	0.1	0.03	9.1	25	0	0	0.26	0	0.03
Продукция промышленного производства	Повидло фруктовое	15	3.98	0.06	0	9.7	37	0	0	0	0	0
Продукция промышленного производства	Хлеб пшеничный	50	3.14	3.7	0.4	24.6	118	0	0	0	0	0
Продукция промышленного производства	Хлеб за день	550	58.61	23.15	21.92	65.24	509	0	0	0	0	0
<b>ВТОРНИК</b>												
№ 217 Сборник Пермь, 2008 г.	Фрикадельки из кур	90	24.24	11.5	9.8	8.7	149	1.5	0.03	125	37	0.8
№ 413 Сборник Москва 2003 г.	Макароны из твердых сортов пшеницы	150	7.46	5.5	2.2	33.3	196	0	0.06	34.1	20.5	0.82
№ 41 Сборник Москва 2006 г.	Масло сливочное порционно	10	7.9	0.1	7.2	0.14	66	0	0	0	0	0
Продукция промышленного производства	Хлеб пшеничный	40	2.52	2.9	0.32	19.6	94	0	0	0	0	0
№ 943 Справочник г. Москва 2006 г.	Чай с лимоном и сахаром	200	3.83	0.2	0.03	9.3	37	0	0.01	47.8	5.42	0.06
Сборник г. Москва Дели принт 2011 № 338	Фрукт (яблоко)	1/120	22.8	0.3	0.1	12.7	58	8.28	0	10.8	9	0.2
<b>СРЕДА</b>												
№ 14 Справочник г. Москва 2003 г.	Мадрюль с сахаром	60	4.22	0.7	0.05	6.3	28	30.2	0.06	53.7	27.8	1.1
№ 157 Справочник г. Москва 2003 г.	Ежики мясные	90	45.93	11.1	14.1	17.9	201	0	0	6.4	7.6	0.5
№ 203 Сборник Москва 2004 г.	Картофель отварной	150/3	14.3	3	3.3	22.5	134	0	0	0	0	0
№ 943 Справочник г. Москва 2003 г.	Чай с молоком и сахаром	200	5.27	1.4	1.4	11.2	61	0	0	0	0	0
Продукция промышленного производства	Хлеб пшеничный	20	1.26	2.6	0.28	17.2	82.2	0	0	0	0	0
Продукция промышленного производства	Хлеб за день	536	70.98	18.8	19.13	75.1	506.2	0	0	0	0	0
<b>ЧЕТВЕРГ</b>												
№ 170 Справочник г. Москва 2003 г.	Котлета московская	90	49.53	8.9	11.2	10	228	0	0.1	51	0.3	0
№ 748/3 Справочник г. Москва 2003 г.	Рис припущенный	150	10.97	3.7	4.8	37.7	113	0	0.06	21.8	16.4	0.5
№ 270 Сборник г. Москва 2003 г.	Корейский напиток с молоком	200	9.47	2.8	2.8	14.7	93	2.5	0.02	60.4	7	0.1
Продукция промышленного производства	Хлеб пшеничный	40	2.52	2.9	0.32	19.6	94	0	0	0	0	0
Продукция промышленного производства	Хлеб ржаной	20	1.26	1.7	0.3	9.9	49.7	0	0	0	0	0
Продукция промышленного производства	Хлеб за день	500	73.75	20	19.42	91.9	577.7	0	0	0	0	0
<b>ПЯТНИЦА</b>												
№ 355 Сборник г. Москва 2003 г.	Сырники из творога с повидлом	150/10	67.38	16.5	19.2	46.7	431	0.14	0.03	112	15	0.4
Сборник г. Москва Дели принт 2011 № 338	Фрукт (яблоко)	1/120	22.8	0.3	0.1	12.7	58	8.28	0	10.8	9	0.2
№ 943 Справочник Москва 2003 г.	Чай с сахаром	200	2.11	0.1	0.03	9.1	25	0	0	47.8	5.42	0.1
Продукция промышленного производства	Хлеб пшеничный	30	1.89	2.3	0.25	15.2	70.5	0	0	0	0	0
Продукция промышленного производства	Хлеб за день	515	94.18	19.2	19.58	83.7	584.5	0	0	0	0	0
Продукция промышленного производства	Итого за неделю		368.27	101.65	99.7	399.68	2777.4	71.35	0.58	819.36	289.44	6.41
Средняя стоимость за 2 неделю			73.254	20.33	19.94	79.936	555.48	11	0.16	199	73	3



*Умбетбаева*  
*руководитель*  
*В.В.В.*