

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор



Школьное меню для организации питания обучающихся.

07 октября 2025 г.

Продукт пищи, наименование блюда	Масса порции г, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тически эквивалент (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак младшие														
Каши молочная овсяная жидкая 150; 205,01	150	4,50	6,00	22,33	161,67	0,05	0,40			95,33		14,19	0,32	
Сырники из творога 100/8; 217,03	100	21,15	4,30	25,25	226,00		0,05	30,00		124,66		24,27	0,51	
Чай с лимоном и сахаром 200; 302	200	0,10		9,30	37,00		1,12			2,73		0,73	0,06	
Хлеб пшеничный мелкоизмельченный 50; 420	50	7,50	1,00	45,00	219,00	0,36							3,00	
Итого		33,25	11,30	61,28	643,67	0,41	1,57	30,00		222,72		39,19	3,89	71,09
Обед младшие														
Шашлык "Новгородский" (уфа) 200; 285,01	200	1,67	5,06	6,79	71,20	0,04	9,60			25,46		15,27	0,56	
Рыба тушеная в томате с лимоном 500/5***; 80,59	90	13,92	6,96	2,82	129,60	0,13	1,52			18,12		24,96	0,59	
Картофель отварной 150/5***; 144,56	150	1,90	3,25	22,68	132,50	0,13	6,68			14,07		31,44	1,23	
Компот из смеси фруктов 200; 110	200	0,50	0,10	11,20	121,00	0,07	0,29			14,62		8,50	0,92	
Хлеб рж-пшеничный мелкоизмельченный 60; 420	60	4,32	1,08	25,80	125,40	0,10	5,10						2,16	
Итого		23,32	16,45	68,69	579,70	0,46	22,59			72,26		80,17	5,46	79,73

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ

Директор _____



Школьное меню для организации питания обучающихся.

07 октября 2025 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическ ая ценнос ть (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак старшие														
Каша молочная манная жидкая 200; 205	200	6,00	8,00	29,78	215,56	0,07	0,53			127,11		18,92	0,42	
Сырники из творога 100/8; 217,03	100	21,15	4,30	25,25	226,00		0,05	30,00		124,66		24,27	0,51	
Чай с лимоном и сахаром 200; 302	200	0,10		9,30	37,00		1,12			2,73		0,73	0,06	
Хлеб пшеничный витаминизированный 50; 420	50	7,50	1,00	45,00	219,00	0,36							3,00	
Итого		34,75	13,30	109,33	697,56	0,43	1,70	30,00		254,50		43,92	3,99	78,02
Обед старшие														
Ши "Новгородские"(уфа) 250; 285	250	2,09	6,33	8,49	89,00	0,05	12,00			31,82		19,09	0,70	
Рыба тушеная в томате с овощами 100Н(***); 80,04	100	15,47	7,73	3,13	144,00	0,14	1,69			20,13		27,73	0,65	
Картофель отварной 180/10(***); 144,13	180	3,50	3,90	26,50	159,00	0,15	7,29			16,88		37,73	1,48	
Компот из смеси сухофруктов 200; 310	200	0,50	0,10	31,20	121,00	0,07	0,29			14,62		8,50	0,92	
Хлеб рж-пшеничный витаминизированный 60; 421	60	4,32	1,08	25,80	125,40	0,10	5,10						2,16	
Итого		25,88	19,14	95,12	638,40	0,51	26,37			83,45		93,05	5,91	90,02

Начальник ОДЛП _____