

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МБОУ _____
муниципального образования Красноперекопского района
Республики Крым

"_____" "_____" 2024 г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор ООО
"Комбинат школьного питания"



О.А. Высоцкая

"18" ноября 2024 г.

Основное(организованное) меню
для организации питания учащихся 1-4 классов льготных категорий
в муниципальных бюджетных общеобразовательных учреждениях Красноперекопского района
Республики Крым

(обед)
2024 год

реп.	наименование блюда	порции				какая ценность (ккал)					(мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
73	Овощи	30	0,82	2,16	4,36	40,14	0,01	1,4		0,01	27,3	16,7	5,43	0,22
96	Рассольник ленинградский со сметаной	205	1,75	4,82	9,76	96,3	0,07	6,7		1,87	26,7	47,5	19,6	0,75
270	Котлеты московские	60	8,2	15,2	6,19	204,4	0,05	0,5	6,8	1,2	15,3	81,4	12,8	1,5
203	Макароны отварные	150	5,64	6,00	31,47	202,24	0,07	0,20	20,00	1,35	12,54	38,82	8,40	0,84
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	0,03	0	0	0,39	6,9	26,1	9,9	0,3
348	Компот	200	0,66	0,09	32,04	132,8	0,016	0,73	10	0,2	32,48	23,44	17,46	0,1
	ИТОГО ЗА ОБЕД :	675	19,44	28,57	98,31	746,02	0,25	9,53	36,80	5,02	121,22	233,96	73,59	3,71

День:10- пятница

Неделя: вторая

Сезон: осень-зима

Возрастная категория:7-11 лет
обед

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
70	Овощи	30	0,24	0,03	0,51	3	0,01	1,05		0,01	6,9	7,2	4,2	0,18
103	Суп картоф. с макарон.изделиями	200	2,15	2,27	13,96	94,6	0,09	6,6		1,12	23,36	54,08	21,82	0,88
301	Кнели куриные	60	8,9	13,2	3,4	168	0,04	0,98	69,6	0,26	38,4	58,4	9,7	0,84
303	Каша гречневая вязкая	150	4,73	5,17	21,2	150,35	0,1			0,4	8,7	112,5	74,4	2,5
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	0,03	0	0	0,39	6,9	26,1	9,9	0,3
ПР	Хлеб ржаной	30	2,07	0,36	12,72	64,2	0,06				8,1	36,9	13,8	1,05
348	Компот	200	0,66	0,09	32,04	132,8	0,016	0,73	10	0,2	32,48	23,44	17,46	0,1
	ИТОГО ЗА ОБЕД :	700	21,12	21,42	98,32	683,09	0,35	9,36	79,60	2,38	124,84	318,62	151,28	5,85

Для приготовления горячих блюд используется йодированная соль.

Планируется витаминизация прохладительных напитков аскорбиновой кислотой.

	Масса порций	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества			
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
ИТОГО	7225	245	238,16	1060,3	7395,36	4,068	203,53	3385	48,8	1561,6	3374,5	1163,82	67,13

Директор ООО "Комбинат школьного питания" _____