

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ ООШ №14

Битюков М.С.
« _____ » _____ 2020г



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор

ООО «Вершина» поставщик услуг по
организации питания в МБОУ ООШ №14

Емельянов П.М.

« _____ » _____ 2020г



Меню завтраков для учащихся 1-4 классов
общеобразовательных организаций муниципального
образования Белореченский район, разработанного
обществом с ограниченной ответственностью «Вершина»,
поставщиком услуг по организации питания в МБОУ ООШ
№14 на основании «ПРИМЕРНОГО ЦИКЛИЧНОГО
МЕНЮ ЗАВТРАКОВ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ»,
разработанного ФГБОУ ВО «Кубанским государственным
технологическим университетом» (зима-весна)

	Икра кабачковая	60	1,01	0,05	12,27	53,57	0,02	0,02	2,10	0,00	0,40	23,20	30,40	16,10	0,30	0,10	0,00
234	Котлеты рыбные	80	6,92	5,54	9,61	350,00	0,05	0,07	0,51	11,80	0,24	39,47	89,34	14,57	0,71	0,31	0,00
312	Картофельное пюре	150	3,10	4,85	20,65	220,00	0,14	0,11	18,34	0,00	0,00	37,35	87,47	28,03	1,02	0,44	0,00
397	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,52	0,06	0,19	1,59	24,40	0,00	152,22	124,56	21,34	0,48	1,00	0,00
	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	12,35	57,52	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00
	Хлеб пшеничный	30	1,69	0,21	12,54	58,81	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
	Кондитерское изделие	15	1,68	1,89	18,02	95,75	0,04	0,02	0,00	10,00	0,00	4,94	18,74	6,95	0,36	0,00	0,00
2 завтрак																	
Итого		560,00	19,86	16,37	103,01	954,17	0,35	0,41	22,54	46,20	1,13	267,53	394,41	99,84	4,07	2,34	0,01
Комплекс 5																	
70	Овощи натуральные соленые	60	0,56	0,05	1,75	9,69	0,01	0,01	5,25	0,00	0,35	5,00	17,50	7,50	0,40	0,07	0,00
268	Шницель мясной	60	8,25	12,10	7,16	250,00	0,02	0,04	3,11	39,20	0,14	20,27	49,10	21,21	0,58	0,35	0,01
202 / 136	Макаронные изделия отварные с овощами припущенным	150	4,83	5,19	26,62	320,00	0,07	0,03	2,53	0,00	0,00	18,12	47,49	16,18	0,96	0,72	0,00
388	Напиток из сухофруктов	200	0,30	0,00	15,20	62,00	0,02	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	30	1,35	0,17	10,03	47,05	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	12,35	57,52	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00
2 завтрак																	
Итого		525	16,69	17,79	73,11	746,26	0,17	0,11	14,89	39,20	1,18	67,74	171,99	65,74	5,74	1,64	0,02
Комплекс 6																	
15	Сыр (порциями)	15	5,20	5,32	0,00	68,68	0,01	0,09	0,21	0,78	0,15	264,00	150,00	10,50	0,30	1,05	0,00
181	Каша жидкая молочная из манной крупы	210	5,10	10,72	33,42	350,00	0,06	0,17	1,17	58,00	0,00	130,09	138,14	30,12	0,47	0,82	0,00
*	Кисло-молочный продукт	180	0,10	0,00	26,40	320,00	0,02	0,03	0,62	40,00	0,52	29,44	23,80	18,40	0,62	0,07	0,00
	Хлеб пшеничный	30	2,70	0,34	20,06	94,10	0,04	0,01	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44	0,00	0,00
	Фрукты свежие	130	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,00	165,00	0,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	0,00	0,00
2 завтрак																	
Итого		565	13,50	16,78	89,68	876,78	0,16	0,30	167,00	98,78	1,11	447,53	348,94	73,62	4,03	1,94	0,00
Комплекс 7																	
45	Салат из белокачанной капусты	60	0,85	2,50	5,20	46,70	0,01	0,01	9,90	0,00	0,65	26,10	16,90	8,00	0,33	0,00	0,00
294	Котлеты из птицы	80	11,06	10,64	11,40	220,00	0,13	0,11	0,57	34,16	0,00	37,96	50,80	14,10	2,30	0,70	0,00
142 / 330	Картофель и овощи, тушенные в соусе	150	3,26	12,59	22,66	350,00	0,16	0,11	19,97	25,20	0,00	32,56	89,06	31,46	1,20	0,80	0,00
377	Чай с лимоном	207	0,13	0,02	15,20	61,50	0,00	0,00	2,83	0,00	0,00	14,20	4,40	2,40	0,36	0,00	0,00
	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	12,35	57,52	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00
	Хлеб пшеничный	30	1,35	0,17	10,03	47,05	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01

2 завтрак																	
Итого																	
Комплекс 8																	
70	Овощи натуральные соленые	60	0,40	0,05	0,85	5,45	0,01	0,05	1,75	0,00	0,05	11,50	12,00	7,00	0,30	0,00	0,00
Л 442	Говядина в соусе	80	7,90	8,69	3,20	320,00	0,09	0,20	6,30	0,00	1,00	34,50	230,50	38,40	3,90	4,40	0,10
	Каша гречневая	150	8,85	5,15	49,80	325,00	0,07	0,04	0,00	6,70	0,22	9,80	50,30	50,80	4,67	0,52	0,01
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,52	0,06	0,19	1,59	24,40	0,40	152,22	124,56	21,34	0,48	1,01	0,00
	Хлеб пшеничный	30	1,69	0,21	12,54	58,81	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	12,35	57,52	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00
Итого																	
2 завтрак																	
Итого																	
Комплекс 9																	
133	Кукуруза отварная	60	1,70	2,50	9,30	66,50	0,04	0,02	2,75	0,01	0,04	1,50	38,50	13,00	0,22	0,31	0,00
Л 386	Рыба, запечённая под молочным соусом	100	13,14	9,12	0,67	285,00	0,10	0,09	0,83	35,53	0,00	40,80	122,96	9,69	0,78	0,29	0,00
125	Картофель отварной	150	2,87	5,62	19,87	253,00	0,16	0,10	20,48	28,40	0,00	19,40	79,22	28,85	1,16	0,41	0,00
358	Сок натуральный	180	0,31	0,00	39,40	158,84	0,01	0,02	2,40	0,00	0,00	22,46	18,50	7,26	0,19	0,01	0,00
	Хлеб пшеничный	30	1,35	0,17	10,03	47,05	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	12,35	57,52	0,03	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,78	0,29	0,00
	Кондитерское изделие пирог с повидлом	50	1,68	1,89	18,02	95,75	0,04	0,02	0,00	10,00	0,00	4,94	18,74	6,95	0,36	0,00	0,00
Итого																	
Комплекс 10																	
222	Пудинг из творога (запечённый)	100	18,20	16,92	29,20	341,88	0,10	0,26	0,42	83,80	0,00	170,72	224,08	29,82	1,18	0,96	0,00
	Сгущенное молоко	30	0,12	0,00	15,76	120,00	0,00	0,07	0,96	0,00	0,00	8,98	7,40	2,90	0,08	0,01	0,00
*	Кисло-молочный продукт	180	0,10	0,00	26,40	220,00	0,02	0,03	0,62	40,00	0,52	29,44	23,80	18,40	0,62	0,07	0,00
	Хлеб пшеничный	30	1,35	0,17	10,03	47,05	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	0,21	0,01
	Фрукты свежие	120	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,00	165,00	0,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	0,00	0,00
Итого																	
Норма по СанПин																	
		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества						
		Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Е	Кальций (мг)	Фосфор (мг)	Магний (мг)	Железо (мг)	Цинк (мг)	Йод (мкг)	
Итого за день по СанПин		77,00	79,00	335,00	2350,00	1,20	1,40	60,00	0,70	10,00	1100,00	1650,00	250,00	12,00	10,00	0,10	

Пронумеровано и прошнуровано

5 (пять) листов

Генеральный директор

ООО «Вершина»

..... П.М. Емельянов

