

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 5-11 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 5-11 КЛАССОВ»,  
разработанного ФГБОУ ВО «Кубанским государственным  
технологическим университетом» (зима-весна)



258	Картофель тушеный с овощами	100	16,30	18,17	15,33	180,00	0,10	0,14	5,35	0,00	0,00	32,11	213,44	42,09	3,60	0,00	0,00	
	Хлеб пшеничный	25	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	
358	Сок натуральный	100	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	
	<b>Итого</b>	<b>673</b>	<b>39,02</b>	<b>40,05</b>	<b>151,98</b>	<b>974,40</b>	<b>0,31</b>	<b>0,34</b>	<b>27,43</b>	<b>0,00</b>	<b>0,75</b>	<b>155,56</b>	<b>545,63</b>	<b>127,80</b>	<b>9,20</b>	<b>0,72</b>	<b>0,02</b>	
<b>Комплекс 4</b>																		
	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	0,50	0,10	0,00	
234	Котлеты рыбные	80	6,92	5,54	9,61	320,00	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	289,00	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	10	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	
<b>2 завтрак</b>																		
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	
	Кондитерское изделие	25	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	
	<b>Итого</b>	<b>780,00</b>	<b>19,86</b>	<b>16,37</b>	<b>103,01</b>	<b>993,17</b>	<b>0,35</b>	<b>0,41</b>	<b>22,54</b>	<b>46,20</b>	<b>1,13</b>	<b>267,53</b>	<b>394,41</b>	<b>99,84</b>	<b>4,07</b>	<b>2,34</b>	<b>0,01</b>	
<b>Комплекс 5</b>																		
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	267,00	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	170	4,83	5,19	26,62	321,00	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	
<b>2 завтрак</b>																		
202 / 136	Макаронные изделия отварные с овощами припущенным	100	4,83	5,19	26,62	172,50	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	
	<b>Итого</b>	<b>875</b>	<b>16,69</b>	<b>17,79</b>	<b>73,11</b>	<b>764,26</b>	<b>0,17</b>	<b>0,11</b>	<b>14,89</b>	<b>39,20</b>	<b>1,18</b>	<b>67,74</b>	<b>171,99</b>	<b>65,74</b>	<b>5,74</b>	<b>1,64</b>	<b>0,02</b>	
<b>Комплекс 6</b>																		
15	Сыр (порциями)	20	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	250,56	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	285,00	0,02	0,03	0,62	40,00	0,52	29,44	23,80	18,40	0,62	0,07	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	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	100	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
<b>2 завтрак</b>																	
181	Каша жидкая молочная из манной крупы	150	5,10	10,72	33,42	250,56	0,06	0,17	1,17	58,00	0,00	130,09	138,14	30,12	0,47	0,82	0,00
	Хлеб пшеничный	25	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
377	Чай с сахаром	200	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
	<b>Итого</b>	940	14,81	16,66	131,63	914,70	0,17	0,32	4,40	98,78	1,34	459,74	382,94	78,13	2,80	2,24	0,00
<b>Комплекс 7</b>																	
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	222,00	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	316,00	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	200	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
<b>2 завтрак</b>																	
142 / 330	Картофель и овощи, тушенные в соусе	100	3,26	12,59	22,66	216,97	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 сахаром	200	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 пшеничный	25	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
	<b>Итого</b>	870	18,05	26,20	76,83	750,77	0,34	0,23	33,27	59,36	1,14	121,17	205,06	68,81	5,19	2,00	0,01
<b>Комплекс 8</b>																	
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	284,00	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	318,00	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
<b>2 завтрак</b>																	
	Каша гречневая	100	8,85	5,15	49,80	280,95	0,07	0,04	0,00	6,70	0,22	9,80	50,30	50,80	4,67	0,52	0,01
	Хлеб пшеничный	25	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
377	Чай с сахаром	200	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
	<b>Итого</b>	870	24,32	17,93	96,32	842,30	0,28	0,48	9,64	31,10	2,16	218,37	461,26	130,39	10,35	6,43	0,12
<b>Комплекс 9</b>																	
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	280,00	0,10	0,09	0,83	35,53	0,00	40,80	122,96	9,69	0,78	0,29	0,00



Пронумеровано и прошнуровано

5 (пять) листов

Генеральный директор

ООО «Вершина»

..... П.М.Емельянов

