



Утверждено:
директор МКОУ СОШ № 4
с.Новомихайловское
Краснодарского муниципального округа
Ставропольского края



Примерное меню завтрак и обед

для обучающихся 5-11 классов

Разработано на основании:

1. Методических рекомендаций по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций МР 2.4.0179-20
2. "Сборника рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях " Дели плюс 2015 год/ под ред. М.П.Могильного, В.А. Тугельяна
3. "Сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях " Дели плюс 2014 год/ под ред. М.П.Могильного, В.А. Тугельяна
4. "Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений" Уральский РЦП, по ред. Перевалова А

№ рецептур	прием пищи, наименование блюда	масса порции	химический состав					энергетическая ценность (ккал)	витамины (мг)					минеральные вещества (мг)				
			белки		жиры		углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
			4	5	6	7	8										9	10
ДЕНЬ ПЕРВЫЙ																		
Завтрак																		
268	Шницель из мяса говядины	100	16,5	24,2	14,33	344	0	0,35	0	0	0	43,15	0	55,79	2,8			
143	гарнир ризотто из овощей	200	3,013	7,11	13,44	138	0,09	17,89	0	0	0	63,67	0	0	1,18			
14	хлеб пшеничный	40	2,47	0,87	16,75	85,77	0,04	0	0	0	8	26	0	5,6	0,36			
376	масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	0	0	0	0	2,4	3	0	0,02	0			
	чай с сахаром	200/15	0,2	0	13,4	52	0	0,06	0	0	2,98	4,5	2,4	0,5	0,5			
	Итого:	550	22,263	39,43	56,05	685,77	0,13	18,3	40	0	120,2	33,5	63,79	4,86	4,86			
Обед																		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
75	хлеб багетный	100	1,75	3,07	10,08	122,22	0,05	10,67	0	0	33,5	0	0	1,33				
99	суп из овощей со сметаной	250/10	7,89	8,04	14,6	162,8	0	6,67	0	0	49,94	0	39,62	1,99				
304	ТЕФТЕЛИ из мяса говядины (2-й вариант)	100	13	13,3	15,5	234,8	0	1	0	0	57,2	29,6	0	1,34				
202/203	гарнир макаронные изделия отварные с маслом	200	7,3	7,72	40,55	260,88	0	0	0	0	16,11	0	10,85	1,05				
	хлеб пшеничный	20	0,67	0,44	8,38	42,8	0,02	0	0	0	4	13	2,8	0,18				
	хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7	8,7	0,1	0,7	2,2	3	0	4,7	0,18				
342	компот из свежих плодов (С-витаминизация)	200/70г	0,16	0,16	27,88	114,6	0	20,9	0	0	14,18	0	5,14	0,95				
	Итого:	900	33,37	38,73	129,79	1015,8	8,77	39,34	0	0,7	177,13	45,6	58,41	11,54				
	Итого за весь день:	1701,57	55,633	78,16	187,84	1701,57	8,9	57,64	40	0,7	297,33	79,1	122,2	16,4				
ДЕНЬ ВТОРОЙ																		
Завтрак																		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
210	омлет натуральный	150	15,45	25,5	2,4	257,15	0	0,3	0	0	98,58	0	20,07	2,78				
	хлеб багетный	60	0,72	2,83	4,63	46,8	0,03	5,76	0	0	19,2	0	0	0,25				
14	Хлеб цельнозерновой обогащенный	30	1,85	0,65	12,56	64,33	0,03	0	0	0	6	19,5	4,2	0,27				
	масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	0	0	0	0	2,4	3	0	0,02				
379	фрукты свежие (на салат из яблок)	1 шт	0,8	0,8	19,5	94	0	20	0	0	32	22	0,1	4,4				
	кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,9	100,6	0	1,3	0	0	125,78	0	14	0,13				
	Итого:	640	22,07	39,71	55,22	628,88	0,06	27,36	40	0	283,96	44,5	38,37	47,45				
Обед																		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
75	хлеб багетный	100	1,55	3,14	9,23	116,63	0,05	3,68	0	0	44,13	0	0	0,83				
82	борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	6,4	10,03	11,55	171,04	0	16,06	0	0	61,37	0	27,03	1,68				
268	бигосы из мяса говядины	100	16,5	24,2	14,33	344	0	0,35	0	0	43,15	0	55,79	2,8				
171	гарнир из крупы гречневой	200	6,4	7,79	44,67	287,79	0,168	0	0	0	13,25	52,24	16,69	0,85				
	хлеб пшеничный	20	0,67	0,44	8,38	42,8	0,02	0	0	0	4	13	2,8	0,18				
	хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7	8,7	0,1	0,7	2,2	3	0	4,7	0,18				
354	Кисель плодово-ягодный (С-витаминизация)	200/70г	0,11	0,12	25,1	119,2	0	20,83	0	0	11,46	0	3,64	0,57				
	Итого:	910	34,23	51,72	126,06	1159,16	8,938	41,02	0	0,7	179,56	68,24	105,95	11,61				
	Итого за весь день:	1788,04	56,3	91,43	181,28	1788,04	8,998	68,38	40	0,7	463,52	112,74	144,32	59,06				
ДЕНЬ ТРЕТИЙ																		
Завтрак																		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
290/7	мяса птице-бройлера тушеная в соусе	100/50	11,7	10,7	2,9	155,8	0,22	0,02	0	0	31,09	0	0	0,92				

3

Территориальный отдел
Управления Роспотребнадзора
по Ставропольскому краю
Издольненском районе
356100, г.Издольный, пер.Ленинский, д.52

Итого за весь день:															
Обед															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
125	гарнир картофель-овсяной	200	4,11	9,32	27,79	222,62	0	0	28,67	0	0	36,44	0	41,56	1,78
14	хлеб пшеничный	40	2,47	0,87	16,75	85,77	0,04	0	0	0	0	8	26	5,6	0,36
377	масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	0	0	40	0	0	2,4	3	0	0,02
	чай с лимоном	200/157	0,13	0,02	15,2	62	0	0	2,83	0	0	14,2	0	2,4	0,36
	ИТОГО:	817	18,49	28,16	62,77	592,19	0,26	0	31,52	40	0	92,13	29	49,56	3,44
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
102	капустя тушеная	100	2,07	3,24	8,42	7,5	0	0	34,32	0	0	0	0	0	0
234	суп картофельный с бобовыми	250	9,83	8,88	16,8	169,34	0	0	11,17	0	0	45,82	0	35,48	4,55
302	котлеты рыбные из см "Минтай"	100	19,63	15,32	24,75	320	0,11	1,18	0	0	0	64,75	203	23,08	0,59
	гарнир из крупы перловой	200	18,6	2,2	133,8	630	0,24	0	0	0	0	76	154	80	3,6
	хлеб пшеничный	20	0,67	0,44	8,38	42,8	0,02	0	0	0	0	4	13	2,8	0,18
	хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7	8,7	0,1	0	0,7	2,2	3	0	4,7	0,7
349	компот из смеси сухофруктов (С-витаминация)	200/70мг	0,66	0,09	32,01	132,8	0	0	20,73	0	0	32,48	0	17,46	0,7
	ИТОГО:	900	73,69	46,49	262,71	1767,74	9,18	68,68	0	0,7	290	576	181,9	605	14,91
	Итого за весь день:		92,18	74,65	325,48	2359,93	9,44	100,2	40	0,7	382,13	605	231,46	18,35	

Итого за весь день:															
ДЕНЬ ЧЕТВЕРТЫЙ															
Завтрак															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
199	каша жидкая молочная из кукурузной крупы	200/6,2	5,43	5,23	33,38	193	0	0	0	0	0	0	0	0	0
14	хлеб пшеничный	30	1,85	0,65	12,56	64,33	0,03	0	0	0	0	6	19,5	4,2	0,27
	масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	0	0	40	0	0	2,4	3	0	0,02
	фрукты свежие (яблоко, груша)	100	0,8	0,8	19,6	34	0	0	20	0	0	32	22	0,1	0,71
382	какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	116,6	0	0	1,59	0	0	152,22	0	21,34	0,48
	ИТОГО:	640	42,24	47,47	83,25	535,93	0,03	0	21,59	40	0	192,62	44,5	25,64	44,77
1	2	3	Обед												
75	вира свиная	100	1,75	8,07	10,08	122,22	0,05	0	0	0	0	33,5	0	0	0,33
88	щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/10	6,37	10,06	8,26	157,04	0	0	21,16	0	0	60,89	0	23	1,28
291	плов из мяса птицы - бройлера	250	20,8	18,09	37,9	407,35	0,05	0	3,23	0	0	10,3	0	0	2,05
	Хлеб цельнозерновой порособгащенный	20	0,67	0,44	8,38	42,8	0,02	0	0	0	0	4	13	2,8	0,18
	хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7	8,7	0,1	0	0,7	2,2	3	0	4,7	0,7
354	Кисель плодово-ягодный (С-витаминация)	200/70мг	0,11	0,12	25,1	119,2	0	0	20,83	0	0	11,46	0	3,64	0,57
	ИТОГО:	850	32,3	37,78	102,52	926,31	8,82	55,99	0	0,7	122,35	16	29,44	10,11	
	Итого за весь день:		44,54	55,25	185,77	1462,24	8,85	77,58	40	0,7	314,97	60,5	55,08	54,88	

Итого за весь день:															
ДЕНЬ ПЯТЫЙ															
Завтрак															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
227	рыба см "Минтай" припущенная	100	14,2	7,89	60,7	138,5	0,1	1,93	0	0	0	66,73	0	0	0,89
302/2015	гарнир из крупы ячменной	200	4,08	6,02	40,74	233,46	0,033	0	30	0	0	2,9	68,33	21,12	0,59
14	хлеб пшеничный	40	2,47	0,87	16,75	85,77	0,04	0	0	0	0	8	26	5,6	0,36
376	масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	0	0	40	0	0	2,4	3	0	0,02
	чай с сахаром	200/15	0,2	0	13,4	52	0	0,06	0	0	0	2,98	4,5	2,4	0,5
	ИТОГО:	550	21,03	22,03	131,72	575,73	0,173	1,99	70	0	0	83,01	101,83	29,12	2,36
1	2	Обед													
75	вира свиная	100	1,75	8,14	9,93	116,63	0,05	0	0	0	0	44,13	0	0	0,83
103	суп картофельный с макаронными изделиями	250	7,66	8,58	17,14	176,42	0	0	8,56	0	0	25,04	0	27,44	1,1

3
 Территориальный отдел
 Управления Роспотребнадзора
 по Ставропольскому краю
 в Изобильненском районе
 356100, г.Изобильный, пер.Ленинский, д.72

289/2015	рыбу из мяса птицы - бройлера	100/180	31,25	29,5	18,75	500	0,19	0	0,1	0	40,38	292,55	43,74	2,97
	хлеб пшеничный	30	0,67	0,44	8,38	42,8	0,02	0	0	0	4	13	2,8	0,18
	хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7	8,7	0,1	0	0,7	2,2	3	0	4,7
349	компот из смеси сухофруктов (С-витаминация)	200/70мг	0,66	0,09	32,01	132,8	0	20,73	0	0	32,48	0	17,46	0,7
	ИТОГО:	880	44,39	47,75	98,31	1046,35	8,96	33,07	0,1	0,7	148,23	308,55	91,44	10,48
	итого за весь день:		65,42	69,78	230,03	1622,08	9,133	35,06	70,1	0,7	231,24	410,38	120,56	12,84

ДЕНЬ ШЕСТОЙ

Завтрак														
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
210	омлет натуральный	150	15,45	25,5	2,4	257,15	0	0,3	0	0	98,58	0	20,07	2,78
	икра кабачковая	60	0,72	2,83	4,63	46,8	0,03	5,76	0	0	19,2	0	0	0,25
	хлеб пшеничный	30	1,85	0,85	12,56	64,33	0,03	0	0	0	6	19,5	4,2	0,27
	сыр Российский	15	3,4	4,4	0	54	0,01	0,11	39	0	13,2	75	5,25	0,15
	фрукты свежие по сезону (яблоки)	100	0,8	0,9	19,8	94	0	20	0	0	3,2	2,2	0,1	4,4
377	чай с лимоном	200/157	0,13	0,02	15,2	62	0	2,83	0	0	14,2	0	2,4	0,36
	ИТОГО:	652	22,35	34,2	54,39	578,28	0,07	29	39	0	301,98	116,5	32,02	47,81

Обед

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
362	капустя тушеная	100	2,07	3,24	9,42	75	0	34,32	0	0	0	0	0	0
99	суп из овощей со сметаной	250/10	7,89	8,04	14,6	162,8	0	6,67	0	0	49,94	0	39,62	1,99
268	бигосчи из мяса говядины	100	16,5	24,2	14,33	344	0	0,35	0	0	43,15	0	55,79	2,8
305	гарнир рис припущенный	200	11,4	12,27	45,66	327,11	4	0,27	20	0	1,2	9,7	0	11,07
228	соус красный основной	50	0,69	1,95	3,09	31	0	0,39	0	0	0,01	0	0	0,1
	хлеб пшеничный	20	0,67	0,44	8,38	42,8	0,02	0	0	0	4	13	2,8	0,18
	хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7	8,7	0,1	0	0,7	2,2	3	0	4,7
354	Кисель плодовоягодный (С-витаминация)	200/70мг	0,11	0,12	25,1	119,2	0	20,83	0	0	11,46	0	3,64	0,57
	ИТОГО:	950	41,93	51,26	133,38	1179,71	12,72	62,83	20	0,7	111,96	25,7	101,85	21,41
	итого за весь день:		64,28	85,46	187,77	1757,99	12,79	91,93	59	0,7	413,94	142,2	133,87	69,22

ДЕНЬ СЕДЬМОЙ

Завтрак														
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
268	Шницель из мяса говядины	100	16,5	24,2	14,33	344	0	0,35	0	0	43,15	0	55,79	2,8
202/203	гарнир макаронные изделия отварные с маслом	200	7,3	7,72	40,55	260,88	0	0	0	0	16,11	0	10,85	1,05
	Хлеб цельный йодообогащенный	40	2,47	0,87	16,75	85,77	0,04	0	0	0	8	26	5,6	0,36
14	масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	0	0	0	0	2,4	3	0	0,02
382	какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0	1,59	0	0	152,22	0	21,34	0,48
	ИТОГО:	550	30,43	43,58	89,34	875,25	0,04	1,94	40	0	221,88	29	93,58	4,71

Обед

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
75	йогурт натуральный	100	1,75	8,07	10,68	129,22	0,05	10,67	0	0	33,5	0	0	1,53
88	щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/10	6,37	10,06	8,26	157,04	0	21,16	0	0	60,89	0	23	1,28
234	Котлеты рыбные из с/м "Милгай"	100	19,63	15,32	24,75	320	0,11	1,18	0	0	64,75	203	23,08	0,59
125	гарнир картофель отварной	200	4,11	9,32	27,79	222,62	0	28,67	0	0	36,44	0	41,56	1,78
	хлеб пшеничный	20	0,67	0,44	8,38	42,8	0,02	0	0	0	4	13	2,8	0,18
	хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7	8,7	0,1	0	0,7	2,2	3	0	4,7
349	компот из смеси сухофруктов (С-витаминация)	200/70мг	0,66	0,09	32,01	132,8	0	20,73	0	0	32,48	0	17,46	0,7
	ИТОГО:	900	35,79	44,3	124,07	1075,18	8,88	82,51	0	0,7	234,26	219	107,9	10,56

3
**Территориальный отдел
 Управления Роспотребнадзора
 по Ставропольскому краю
 Изобильненском районе**
 356180, г.Изобильный, пер.Детский, д.52

итого за весь день:		66,22	87,88	213,41	1950,43	8,92	84,45	40	0,7	456,14	248	201,48	15,27
---------------------	--	-------	-------	--------	---------	------	-------	----	-----	--------	-----	--------	-------

ДЕНЬ ВОСЬМОЙ

		Завтрак												
		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
181	2 каша жидкая молочная из манной крупы	200/10	6,11	10,72	32,38	251	0	1,17	0	0	133,77	20,3	0	0,47
15	хлеб пшеничный	30	1,85	0,65	12,56	64,33	0,03	0	0	0	6	19,5	4,2	0,27
379	сыр Российский	15	3,4	4,4	0	54	0,01	0,11	39	0	132	75	5,25	0,15
	Фрукты (яблоки из Гезару, яблоки)	100	0,8	0,8	19,5	94	0	20	0	0	52	0,1	0,1	44
	кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,9	100,6	0	1,3	0	0	125,78	0	14	0,13
	ИТОГО :	645	15,33	19,25	80,44	563,93	0,04	22,58	39	0	429,55	136,8	23,55	45,02

Обед

		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
75	1 суп мясной	300	1,55	8,74	9,23	116,53	0,05	3,68	0	0	44,13	0	0	0,83
98	суп крестьянский с пшеном	250	5,82	8,53	6,35	127,3	0	9,92	0	0	38,72	0	14,18	0,71
304	ПЕЧЕНИ из мяса говядины (2-й вариант)	100	13	13,3	15,5	234,8	0	1	0	0	57,2	29,6	0	1,34
143	гарнир рату из овощей	200	3,013	7,11	13,44	138	0,09	17,89	0	0	63,67	0	0	1,18
	хлеб пшеничный	20	0,67	0,44	8,38	42,8	0,02	0	0	0	4	13	2,8	0,18
354	хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7	8,7	0,1	0	0,7	2,2	3	0	4,7
	Кисель плодово-ягодный (С-витаминизация)	200/70г	0,11	0,12	26,1	119,2	0	20,83	0	0	11,46	0	3,64	0,57
	ИТОГО :	900	26,763	38,64	90,8	856,43	8,86	53,42	0	0,7	221,38	46,6	20,62	9,51
	итого за весь день:	42,093	57,89	171,24	1420,36	8,9	76	39	0,7	650,93	182,4	44,17	54,53	

ДЕНЬ ДЕВЯТЫЙ

		Завтрак												
		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
322	КОПЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ	100	15,33	15,78	15,75	265	0,09	0,66	0	0	19	138,25	22,28	1,81
125	гарири картофель отварной	200	4,11	9,32	27,79	222,62	0	28,67	0	0	36,44	0	41,56	1,78
14	хлеб пшеничный	40	2,47	0,87	16,75	85,77	0,04	0	0	0	8	26	5,6	0,36
382	масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	0	0	40	0	2,4	3	0	0,02
	какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0	1,59	0	0	152,22	0	21,34	0,48
	ИТОГО :	550	26,07	36,76	78	757,99	0,13	30,92	40	0	218,06	167,25	90,76	4,45

Обед

		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
354	Закуска тушеная	100	2,07	3,24	4,42	75,1	0	34,32	0	0	0	0	0	0
82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	6,4	10,03	11,55	171,04	0	16,06	0	0	61,37	0	27,03	1,68
2907	мяса птицы- бройлера, тушенная в соусе краснов основном	100/50	11,7	10,7	2,9	155,8	0,22	0,02	0	0	31,09	0	0	0,92
302/2015	гарири из крупы ячменной	200	4,08	6,02	40,74	233,46	0,033	0	30	0	2,9	68,33	21,12	0,59
	Хлеб цельнозерновой йодобогатленный	20	0,67	0,44	8,38	42,8	0,02	0	0	0	4	13	2,8	0,18
349	хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7	8,7	0,1	0	0,7	2,2	3	0	4,7
	комлот из смеси сухофруктов (С-витаминизация)	200/70г	0,66	0,09	32,01	132,8	0	20,73	0	0	32,48	0	17,46	0,7
	ИТОГО :	950	28,18	31,52	117,8	888,7	8,973	71,23	30	0,7	134,04	84,33	68,41	8,77
	итого за весь день:	54,25	68,28	195,8	1646,69	9,103	102,15	70	0,7	352,1	251,58	159,19	13,22	

ДЕНЬ ДЕСЯТЫЙ

		Завтрак												
		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
223/330	запеканка из творога со створоженным молоком или джемом	200/20	21,8	17,72	60,72	404	0,14	0,78	0	0	427,8	0	0	0

3
 Территориальный отдел
 Управления Роспотребнадзора
 в Ставропольском крае
 в Изобильненском районе
 356100, г.Изобильный, пер.Ленинский, д.52

№	Наименование	Обед													
		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14		
14	хлеб пшеничный	30	1,85	0,65	12,56	64,33	0,03	0	0	0	0	6	19,5	4,2	0,27
	масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	0	0	40	0	0	2,4	3	0	0,02
377	Фрукты свежие (по сезону, яблоко)	100	0,8	0,8	19,6	34	0	20	0	0	32	22	0,1	4,4	
	чай с лимоном	200/157	0,13	0,02	15,2	62	0	2,83	0	0	14,2	0	2,4	0,36	
1	ИТОГО:	647	24,66	26,44	108,21	690,33	0,17	23,61	40	0	482,4	44,5	6,7	46,07	
75	Икра свекольная	3	1,75	8,07	10,08	122,22	0,65	10,67	0	0	33,5	0	0	1,33	
87	суп с рыбными консервами (сайра)	250	8,6	8,41	14,33	172,55	0	9,11	0	0	45,3	0	47,35	1,27	
291	плов из птицы (мясо птицы - бройлера)	250	20,8	18,09	37,9	407,35	0,05	3,23	0	0	10,3	0	0	2,05	
	хлеб пшеничный	20	0,67	0,44	8,38	42,8	0,02	0	0	0	4	13	2,8	0,18	
	хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7	8,7	0,1	0	0,7	2,2	3	0	4,7	
354	Кисель плодово-ягодный (С-витаминазация)	200/70мг	0,11	0,12	25,1	119,2	0	20,83	0	0	11,46	0	3,64	0,57	
	ИТОГО:	850	34,53	36,13	108,59	941,82	8,82	43,94	0	0,7	106,76	16	53,79	10,1	
	Итого за весь день:		59,19	62,57	216,8	1632,15	8,99	67,55	40	0,7	589,16	60,5	60,49		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества		энергетическая ценность (ккал)	витамины (мг)			минеральные вещества (мг)				
	белки	жиры		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
Итого за весь период	600,11	731,35	2085,42	94,02	760,94	478,10	7,00	4151,46	2152,40	1272,82	313,77
Среднее значение за период	60,01	73,14	209,54	9,40	76,09	47,81	0,70	415,15	215,24	127,28	31,38
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период	18,2	20,4	61,4								

СУММАРНЫЙ ОБЪЕМ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	Обед
Примерное меню для обучающихся 1-4 классов	634,6	902

* можно готовить без добавления сахара, при подаче сахара можно подавать порционно (фасованный) или в сахарнице

3
 Территориальный отдел
 Управления Роспотребнадзора
 по Ставропольскому краю
 в Изобильненском районе
 356100, г.Изобильный, пер.Детский, д.52