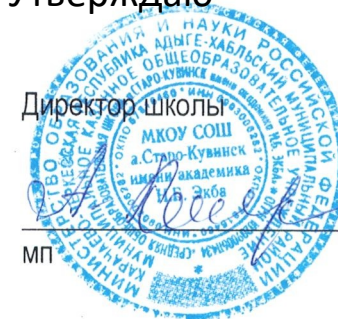


Утверждаю

Директор школы

МП



/А. Р. Килба/

ПРИМЕРНОЕ  
ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ  
ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ УЧАЩИХСЯ  
МКОУ «СОШ а. Старо-Кувинск им. академика Н.Б. Экба»  
на 2022-2023 учебный год

## День первый

| №<br>рец. | Наименование блюда          | Масса порции |                    | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергет.<br>ценн.<br>(ккал) | Витамины (мг)  |              |               |             | Минеральные вещества (мг) |               |               |              |
|-----------|-----------------------------|--------------|--------------------|----------------------|--------------|---------------|-----------------------------|----------------|--------------|---------------|-------------|---------------------------|---------------|---------------|--------------|
|           |                             | 6-11лет      | 12 лет и<br>старше | Б                    | Ж            | У             |                             | В <sub>1</sub> | С            | А             | Е           | Са                        | Р             | Мg            | Fe           |
|           | <b>ОБЕД:</b>                |              |                    |                      |              |               |                             |                |              |               |             |                           |               |               |              |
| 711       | Свекла тушенная             | 60           | 60                 | 1,62                 | 3,30         | 7,32          | 63,78                       | 0,01           | 2,76         | 0,03          | 1,08        | 25,50                     | 33,66         | 15,00         | 1,02         |
| 222       | Суп рисовый с мясом         | 200          | 200                | 0,14                 | 2,20         | 10,40         | 168,00                      | 0,02           | 1,00         | 0,06          | 0,01        | 24,00                     | 148,00        | 10,00         | 0,40         |
| 658       | Котлета                     | 80           | 100                | 11,36                | 9,12         | 10,40         | 171,20                      | 0,06           | 0,00         | 0,00          | 0,00        | 17,60                     | 146,88        | 21,65         | 1,28         |
| 679       | Каша гречневая              | 150          | 200                | 7,20                 | 4,40         | 34,20         | 197,40                      | 0,20           | 0,00         | 0,040         | 3,40        | 16,40                     | 163,80        | 112,20        | 3,80         |
| 861       | Компот из свежих<br>фруктов | 200          | 200                | 0,40                 | 0,20         | 34,60         | 133,20                      | 0,00           | 1,30         | 0,009         | 0,20        | 5,40                      | 3,40          | 2,90          | 0,80         |
|           | Хлеб ржаной                 | 60           | 80                 | 3,96                 | 0,72         | 20,04         | 104,40                      | 0,14           | 0,00         | 0,80          | 1,12        | 28,00                     | 126,40        | 37,60         | 3,12         |
|           | <b>Итого</b>                |              |                    | <b>24,68</b>         | <b>19,94</b> | <b>116,96</b> | <b>837,98</b>               | <b>0,43</b>    | <b>5,06</b>  | <b>0,939</b>  | <b>5,81</b> | <b>116,9</b>              | <b>622,14</b> | <b>199,35</b> | <b>10,42</b> |
|           | <b>Итого ккал</b>           |              |                    | <b>33.12</b>         | <b>31,47</b> | <b>213,68</b> | <b>1365.36</b>              | <b>0,62</b>    | <b>16,53</b> | <b>54,559</b> | <b>7,01</b> | <b>257,72</b>             | <b>789,93</b> | <b>249,49</b> | <b>23,08</b> |

## День второй

| №<br>рец. | Наименование блюда       | Масса порции |                 | Пищевые вещества (г) |              |              | Энергет. ценн. (ккал) | Витамины (мг)  |              |             |             | Минеральные вещества (мг) |               |               |             |
|-----------|--------------------------|--------------|-----------------|----------------------|--------------|--------------|-----------------------|----------------|--------------|-------------|-------------|---------------------------|---------------|---------------|-------------|
|           |                          | 6-11 лет     | 12 лет и старше | Б                    | Ж            | У            |                       | В <sub>1</sub> | С            | А           | Е           | Са                        | Р             | Mg            | Fe          |
|           | <b>ОБЕД:</b>             |              |                 |                      |              |              |                       |                |              |             |             |                           |               |               |             |
|           | Суп гороховый            | 200          | 200             | 2,34                 | 3,89         | 13,61        | 148,79                | 0,06           | -            | 0,05        | -           | 104                       | 216           | -             | 0,2         |
| 716       | Рагу овощное             | 150          | 150             | 4,50                 | 7,95         | 19,05        | 161,55                | 0,120          | 16,80        | 3,00        | 0,300       | 58,35                     | 97,35         | 42,90         | 1,80        |
| 619       | Тефтели                  | 80           | 100             | 4,36                 | 9,12         | 10,40        | 171,20                | 0,06           | 15,20        | 0,20        | 1,20        | 17,60                     | 146,88        | 21,65         | 1,28        |
| 861       | Компот из свежих фруктов | 200          | 200             | 0,40                 | 0,20         | 34,60        | 133,20                | 0,00           | 2,08         | 0,00        | 0,00        | 6,18                      | 3,96          | 3,24          | 0,85        |
|           | Хлеб ржаной              | 60           | 80              | 3,96                 | 0,72         | 20,04        | 104,40                | 0,14           | 0,00         | 0,80        | 1,12        | 28,00                     | 126,40        | 37,60         | 3,12        |
|           | <b>Итого</b>             |              |                 | <b>15,56</b>         | <b>21,88</b> | <b>97,7</b>  | <b>719,14</b>         | <b>0,38</b>    | <b>34,08</b> | <b>4,05</b> | <b>2,62</b> | <b>214,13</b>             | <b>590,59</b> | <b>105,39</b> | <b>7,25</b> |
|           | <b>Итого ккал</b>        |              |                 | <b>45,55</b>         | <b>43,03</b> | <b>197,3</b> | <b>1359,14</b>        | <b>0,76</b>    | <b>44,88</b> | <b>9,09</b> | <b>3,02</b> | <b>276,13</b>             | <b>698,94</b> | <b>130,78</b> | <b>10,2</b> |

## День третий

| №<br>рец. | Наименование блюда           | Масса порции |                    | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергет.<br>ценн.<br>(ккал) | Витамины (мг)  |              |             |             | Минеральные вещества (мг) |               |               |              |
|-----------|------------------------------|--------------|--------------------|----------------------|--------------|---------------|-----------------------------|----------------|--------------|-------------|-------------|---------------------------|---------------|---------------|--------------|
|           |                              | 6-11лет      | 12 лет и<br>старше | Б                    | Ж            | У             |                             | В <sub>1</sub> | С            | А           | Е           | Са                        | Р             | Mg            | Fe           |
|           | <b>ОБЕД:</b>                 |              |                    |                      |              |               |                             |                |              |             |             |                           |               |               |              |
| 708       | Капуста тушенная             | 60           | 60                 | 1,62                 | 3,54         | 6,12          | 61,32                       | 0,03           | 13,15        | 0,30        | 0,06        | 37,86                     | 31,12         | 15,90         | 0,60         |
| 170       | Борщ с капустой и картофелем | 200          | 200                | 7,60                 | 5,80         | 10,80         | 123,20                      | 0,03           | 5,87         | 0,00        | 0,00        | 21,34                     | 56,57         | 16,24         | 0,94         |
| 536       | Сосиски отварные             | 80           | 100                | 8,32                 | 16,01        | 16,96         | 179,20                      | 0,03           | 0,00         | 0,00        | 0,00        | 19,20                     | 127,20        | 16,00         | 1,44         |
| 688       | Макароны отварные, соус      | 150/50       | 200                | 5,10                 | 7,50         | 28,50         | 202,50                      | 0,60           | 0,00         | 0,02        | 0,00        | 12,00                     | 52,35         | 9,39          | 0,75         |
| 861       | Кисель ягодный               | 200          | 200                | 0,12                 | 0,20         | 29,20         | 110,40                      | 0,00           | 2,08         | 0,00        | 0,00        | 6,18                      | 3,96          | 3,24          | 0,85         |
|           | Хлеб ржаной                  | 60           | 80                 | 3,96                 | 0,72         | 20,04         | 104,40                      | 0,14           | 0,00         | 0,80        | 1,12        | 28,00                     | 126,40        | 37,60         | 3,12         |
|           | <b>Итого</b>                 |              |                    | <b>26,72</b>         | <b>33,77</b> | <b>111,62</b> | <b>781,02</b>               | <b>0,83</b>    | <b>21,1</b>  | <b>1,12</b> | <b>1,18</b> | <b>124,58</b>             | <b>397,6</b>  | <b>98,37</b>  | <b>7,7</b>   |
|           | <b>Итого ккал</b>            |              |                    | <b>42,87</b>         | <b>56,72</b> | <b>182,1</b>  | <b>1199</b>                 | <b>0,996</b>   | <b>33,27</b> | <b>6,16</b> | <b>1,48</b> | <b>313,96</b>             | <b>607,45</b> | <b>147,79</b> | <b>20,41</b> |

## День четвертый

| №<br>рец. | Наименование блюда          | Масса порции |                       | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергет.<br>ценн.<br>(ккал) | Витамины (мг)  |              |               |            | Минеральные вещества (мг) |               |               |              |
|-----------|-----------------------------|--------------|-----------------------|----------------------|--------------|---------------|-----------------------------|----------------|--------------|---------------|------------|---------------------------|---------------|---------------|--------------|
|           |                             | 6-11лет      | 12 лет<br>и<br>старше | Б                    | Ж            | У             |                             | В <sub>1</sub> | С            | А             | Е          | Са                        | Р             | Mg            | Fe           |
|           | <b>ОБЕД:</b>                |              |                       |                      |              |               |                             |                |              |               |            |                           |               |               |              |
| 711       | Свекла тушенная             | 60           | 60                    | 1,62                 | 3,30         | 7,32          | 63,78                       | 0,01           | 2,76         | 0,03          | 1,08       | 25,50                     | 33,66         | 15,00         | 1,02         |
| 202       | Суп из овощей               | 200          | 200                   | 3,40                 | 3,20         | 8,40          | 73,40                       | 0,12           | 0,00         | 0,60          | 2,00       | 33,00                     | 61,40         | 21,60         | 1,40         |
| 561       | Бефстроганов из<br>курицы   | 80/50        | 100/70                | 26,72                | 18,08        | 9,44          | 308,80                      | 0,14           | 0,13         | 1,28          | 0,10       | 60,50                     | 281,95        | 36,08         | 3,04         |
| 861       | Компот из свежих<br>фруктов | 200          | 200                   | 0,40                 | 0,20         | 34,60         | 133,20                      | 0,00           | 1,30         | 0,009         | 0,20       | 5,40                      | 3,40          | 2,90          | 0,80         |
|           | Хлеб ржаной                 | 60           | 80                    | 3,96                 | 0,72         | 20,04         | 104,40                      | 0,14           | 0,00         | 0,80          | 1,12       | 28,00                     | 126,40        | 37,60         | 3,12         |
|           | <b>Итого</b>                |              |                       | <b>36,1</b>          | <b>25,5</b>  | <b>79,8</b>   | <b>683,58</b>               | <b>0,41</b>    | <b>4,19</b>  | <b>2,719</b>  | <b>4,5</b> | <b>152,4</b>              | <b>506,81</b> | <b>113,18</b> | <b>9,38</b>  |
|           | <b>Итого ккал</b>           |              |                       | <b>44,63</b>         | <b>37,03</b> | <b>176,52</b> | <b>1210,96</b>              | <b>0,6</b>     | <b>15,66</b> | <b>56,339</b> | <b>5,7</b> | <b>293,22</b>             | <b>674,6</b>  | <b>163,32</b> | <b>22,04</b> |

## День пятый

| №<br>рец. | Наименование<br>блюда          | Масса порции |                       | Пищевые вещества |              |               | Энергет.це<br>н. (ккал) | Витамины(мг) |              |             |              | Минеральные вещества(мг) |               |                 |               |
|-----------|--------------------------------|--------------|-----------------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|--------------|--------------|-------------|--------------|--------------------------|---------------|-----------------|---------------|
|           |                                | 6-11лет      | 12 лет<br>и<br>старше | Б                | Ж            | У             |                         | В1           | С            | А           | Е            | Са                       | Р             | Mg              | Fe            |
|           | <b>ОБЕД:</b>                   |              |                       |                  |              |               |                         |              |              |             |              |                          |               |                 |               |
| 318       | Свекла тушенная                | 60           | 60                    | 1,62             | 3,30         | 7,32          | 63,78                   | 0,01         | 2,76         | 0,03        | 1,08         | 25,50                    | 33,60         | 15,00           | 1,02          |
| 226       | Суп картофельный с<br>бобовыми | 200          | 200                   | 5,40             | 4,80         | 21,60         | 146,60                  | 0,120        | 5,60         | 0,60        | 1,60         | 45,20                    | 68,50         | 0,1604          | 0,90          |
| 658       | Котлета                        | 80           | 100                   | 11,36            | 9,12         | 10,40         | 171,20                  | 0,06         | 0,00         | 0,00        | 0,00         | 17,60                    | 146,88        | 21,65           | 1,28          |
| 378       | Каша пшеничная,<br>соус        | 150/50       | 150/50                | 7,23             | 6,90         | 10,77         | 173,00                  | 0,15         | 0,00         | 0,00        | 1,228        | 24,88                    | 132,00        | 31,44           | 2,232         |
| 861       | Компот из свежих<br>фруктов    | 200          | 200                   | 0,40             | 0,20         | 34,60         | 133,20                  | 0,00         | 2,08         | 0,00        | 0,00         | 6,18                     | 3,96          | 3,24            | 0,85          |
|           | Хлеб пшеничный                 | 60           | 80                    | 0,55             | 0,55         | 23,70         | 135,88                  | 0,90         | 0,05         | 0,02        | 0,10         | ,15,60                   | 49,80         | 21,00           | 9,60          |
|           | <b>Итого</b>                   |              |                       | <b>26,56</b>     | <b>24,87</b> | <b>108,39</b> | <b>823,66</b>           | <b>1,24</b>  | <b>10,49</b> | <b>0,65</b> | <b>4,008</b> | <b>119,36</b>            | <b>434,74</b> | <b>92,4904</b>  | <b>15,882</b> |
|           | <b>Итого ккал</b>              |              |                       | <b>61,71</b>     | <b>51,82</b> | <b>208,87</b> | <b>1438,54</b>          | <b>1,446</b> | <b>28,84</b> | <b>0,7</b>  | <b>4,308</b> | <b>427,96</b>            | <b>733,2</b>  | <b>155,1504</b> | <b>29,072</b> |

## День шестой

| №<br>рец. | Наименование блюда               | Масса порции |                       | Пищевые вещества |              |               | Энергет. ц<br>ен. (ккал) | Витамины(мг) |              |             |             | Минеральные вещества(мг) |               |               |              |
|-----------|----------------------------------|--------------|-----------------------|------------------|--------------|---------------|--------------------------|--------------|--------------|-------------|-------------|--------------------------|---------------|---------------|--------------|
|           |                                  | 6-<br>11лет  | 12 лет<br>и<br>старше | Б                | Ж            | У             |                          | В1           | С            | А           | Е           | Са                       | Р             | Mg            | Fe           |
|           | <b>ОБЕД:</b>                     |              |                       |                  |              |               |                          |              |              |             |             |                          |               |               |              |
| 708       | Капуста тушенная                 | 60           | 60                    | 1,62             | 3,51         | 6,12          | 61,32                    | 0,03         | 13,50        | 0,30        | 0,06        | 37,86                    | 31,20         | 15,90         | 0,60         |
| 222       | Суп рисовый с мясом              | 200          | 200                   | 0,14             | 2,20         | 10,40         | 168,00                   | 0,02         | 1,00         | 0,06        | 0,01        | 24,00                    | 148,00        | 10,00         | 0,40         |
| 590       | Жаркое по-домашнему с<br>курицей | 150/50       | 150/<br>50            | 18,40            | 17,60        | 31,40         | 396,00                   | 0,15         | 15,15        | 0,03        | 0,06        | 29,70                    | 107,30        | 59,40         | 4,350        |
| 861       | Компот из свежих<br>фруктов      | 200          | 200                   | 0,40             | 0,20         | 34,60         | 133,20                   | 0,09         | 1,30         | 0,09        | 0,20        | 5,40                     | 3,40          | 2,90          | 0,80         |
|           | Хлеб ржаной                      | 60           | 80                    | 5,28             | 0,96         | 29,72         | 139,20                   | 0,14         | 0,00         | 0,80        | 1,12        | 28,00                    | 126,40        | 37,60         | 3,12         |
|           | <b>Итого</b>                     |              |                       | <b>25,84</b>     | <b>24,47</b> | <b>112,24</b> | <b>897,72</b>            | <b>0,43</b>  | <b>30,95</b> | <b>1,28</b> | <b>1,45</b> | <b>124,96</b>            | <b>416,3</b>  | <b>125,8</b>  | <b>9,27</b>  |
|           | <b>Итого ккал</b>                |              |                       | <b>43,64</b>     | <b>32,27</b> | <b>198,22</b> | <b>1269,5</b>            | <b>0,62</b>  | <b>32,98</b> | <b>31,7</b> | <b>1,89</b> | <b>364,79</b>            | <b>700,09</b> | <b>198,42</b> | <b>19,88</b> |

## День седьмой

| №<br>рец. | Наименование блюда           | Масса порции |                              | Пищевые вещества |              |               | Энергет.ц<br>ен. (ккал) | Витамины(мг) |              |              |            | Минеральные вещества(мг) |              |               |              |
|-----------|------------------------------|--------------|------------------------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|--------------|--------------|--------------|------------|--------------------------|--------------|---------------|--------------|
|           |                              | 6-<br>11лет  | 12<br>лет<br>и<br>стар<br>ше | Б                | Ж            | У             |                         | В1           | С            | А            | Е          | Са                       | Р            | Mg            | Fe           |
|           | <b>ОБЕД:</b>                 |              |                              |                  |              |               |                         |              |              |              |            |                          |              |               |              |
| 170       | Борщ с капустой и картофелем | 200          | 200                          | 7,60             | 5,80         | 10,80         | 123,20                  | 0,03         | 5,87         | 0,00         | 0,00       | 21,34                    | 56,57        | 16,24         | 0,94         |
| 486       | Рыба тушеная с овощами       | 80-<br>50    | 100/<br>70                   | 13,87            | 7,85         | 6,53          | 150,00                  | 0,10         | 3,35         | 0,01         | 0,00       | 52,11                    | 238,40       | 59,70         | 0,96         |
| 861       | Компот из свежих фруктов     | 200          | 200                          | 0,0              | 0,20         | 34,60         | 133,20                  | 0,09         | 1,32         | 0,09         | 0,20       | 5,40                     | 3,40         | 2,90          | 0,80         |
| 378       | Рис отварной                 | 150          | 200                          | 3,66             | 9,98         | 31,81         | 171,50                  | 0,03         | 0,00         | 0,02         | 0,00       | 13,05                    | 48,23        | 10,37         | 0,89         |
|           | Хлеб пшеничный               | 60           | 80                           | 0,55             | 0,55         | 23,88         | 135,88                  | 0,90         | 0,05         | 0,02         | 0,10       | 15,60                    | 49,80        | 21,0          | 9,6          |
|           | <b>Итого</b>                 |              |                              | <b>25,68</b>     | <b>24,38</b> | <b>107,62</b> | <b>713,78</b>           | <b>1,15</b>  | <b>10,59</b> | <b>0,14</b>  | <b>0,3</b> | <b>107,5</b>             | <b>396,4</b> | <b>110,21</b> | <b>13,19</b> |
|           | <b>Итого ккал</b>            |              |                              | <b>37,53</b>     | <b>35,5</b>  | <b>203,5</b>  | <b>1199,67</b>          | <b>1,98</b>  | <b>10,94</b> | <b>48,76</b> | <b>1,3</b> | <b>229,8</b>             | <b>551,8</b> | <b>150,59</b> | <b>14,61</b> |



## День восьмой

| №<br>рец. | Наименование<br>блюда       | Масса порции |                    | Пищевые вещества |              |               | Энергет.<br>цен.<br>(ккал) | Витамины(мг) |              |             |             | Минеральные вещества(мг) |               |                 |              |
|-----------|-----------------------------|--------------|--------------------|------------------|--------------|---------------|----------------------------|--------------|--------------|-------------|-------------|--------------------------|---------------|-----------------|--------------|
|           |                             | 6-11лет      | 12 лет и<br>старше | Б                | Ж            | У             |                            | В1           | С            | А           | Е           | Са                       | Р             | Mg              | Fe           |
|           | <b>ОБЕД:</b>                |              |                    |                  |              |               |                            |              |              |             |             |                          |               |                 |              |
| 226       | Суп картофельный с бобовыми | 200          | 200                | 5,40             | 4,80         | 21,60         | 146,60                     | 0,120        | 5,60         | 0,60        | 1,60        | 45,20                    | 68,50         | 0,1604          | 0,90         |
| 619       | Тефтели                     | 80           | 100                | 11,36            | 11,12        | 10,40         | 171,20                     | 0,06         | 15,20        | 0,20        | 1,20        | 17,60                    | 146,88        | 21,65           | 1,28         |
| 716       | Рагу овощное                | 150          | 200                | 4,50             | 7,95         | 19,05         | 161,55                     | 0,12         | 16,80        | 3,03        | 0,30        | 58,35                    | 97,35         | 42,90           | 1,80         |
| 861       | Компот из свежих фруктов    | 200          | 200                | 0,40             | 0,20         | 34,60         | 133,20                     | 0,00         | 2,08         | 0,00        | 0,00        | 6,18                     | 3,96          | 3,24            | 0,85         |
|           | Хлеб ржаной                 | 60           | 80                 | 3,96             | 0,72         | 20,04         | 104,40                     | 0,140        | 0,00         | 0,80        | 1,12        | 28,00                    | 126,40        | 37,60           | 3,12         |
|           | <b>Итого</b>                |              |                    | <b>25,62</b>     | <b>24,79</b> | <b>105,69</b> | <b>716,95</b>              | <b>0,44</b>  | <b>39,68</b> | <b>4,63</b> | <b>4,22</b> | <b>155,33</b>            | <b>443,09</b> | <b>105,5504</b> | <b>7,95</b>  |
|           | <b>Итого ккал</b>           |              |                    | <b>31,37</b>     | <b>42,34</b> | <b>166,37</b> | <b>1087,93</b>             | <b>0,576</b> | <b>41,98</b> | <b>4,67</b> | <b>4,32</b> | <b>328,71</b>            | <b>641,94</b> | <b>145,9704</b> | <b>18,46</b> |

## День девятый

| №<br>рец. | Наименование<br>блюда       | Масса<br>порции |                       | Пищевые вещества |              |               | Энергет.ц<br>ен. (ккал) | Витамины(мг) |             |               |             | Минеральные вещества(мг) |               |               |              |
|-----------|-----------------------------|-----------------|-----------------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|--------------|-------------|---------------|-------------|--------------------------|---------------|---------------|--------------|
|           |                             | 6-11лет         | 12 лет<br>и<br>старше | Б                | Ж            | У             |                         | В1           | С           | А             | Е           | Са                       | Р             | Mg            | Fe           |
|           | <b>ОБЕД:</b>                |                 |                       |                  |              |               |                         |              |             |               |             |                          |               |               |              |
| 711       | Свекла тушенная             | 60              | 60                    | 1,62             | 3,30         | 7,32          | 63,78                   | 0,01         | 2,76        | 0,03          | 1,08        | 25,50                    | 33,66         | 15,00         | 1,02         |
| 222       | Суп рисовый с<br>мясом      | 200             | 200                   | 0,14             | 2,20         | 10,40         | 168,00                  | 0,02         | 1,00        | 0,06          | 0,01        | 24,00                    | 148,00        | 10,00         | 0,40         |
| 646       | Плов с курицей              | 200             | 200                   | 15,78            | 18,67        | 36,35         | 275,14                  | 0,09         | 1,59        | 0,06          | 2,20        | 22,52                    | 223,00        | 47,00         | 1,88         |
| 861       | Компот из свежих<br>фруктов | 200             | 200                   | 0,40             | 0,20         | 34,60         | 133,20                  | 0,009        | 1,30        | 0,009         | 0,20        | 5,40                     | 3,40          | 2,90          | 0,80         |
|           | Хлеб ржаной                 | 60              | 80                    | 3,96             | 0,72         | 20,04         | 104,40                  | 0,140        | 0,00        | 0,08          | 1,12        | 28,00                    | 126,40        | 37,60         | 3,12         |
|           | <b>Итого</b>                |                 |                       | <b>21,9</b>      | <b>25,09</b> | <b>108,71</b> | <b>744,52</b>           | <b>0,269</b> | <b>6,65</b> | <b>0,239</b>  | <b>4,61</b> | <b>105,42</b>            | <b>534,46</b> | <b>112,5</b>  | <b>7,22</b>  |
|           | <b>Итого ккал</b>           |                 |                       | <b>29,74</b>     | <b>36,22</b> | <b>198,65</b> | <b>1234,29</b>          | <b>1,099</b> | <b>7</b>    | <b>48.859</b> | <b>5,61</b> | <b>227.72</b>            | <b>689,86</b> | <b>152,88</b> | <b>17,64</b> |

## День десятый

| №<br>реп. | Наименование блюда       | Масса порции |                 | Пищевые вещества |              |              | Энергет. цен.<br>(ккал) | Витамины(мг) |             |              |             | Минеральные вещества(мг) |               |               |              |
|-----------|--------------------------|--------------|-----------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------|--------------|-------------|--------------|-------------|--------------------------|---------------|---------------|--------------|
|           |                          | 6-11лет      | 12 лет и старше | Б                | Ж            | У            |                         | В1           | С           | А            | Е           | Са                       | Р             | Mg            | Fe           |
|           | <b>ОБЕД:</b>             |              |                 |                  |              |              |                         |              |             |              |             |                          |               |               |              |
| 202       | Суп из овощей            | 200          | 200             | 3,40             | 3,20         | 8,40         | 73,40                   | 0,12         | 0,00        | 0,60         | 2,00        | 33,00                    | 61,40         | 21,60         | 1,40         |
| 561       | Бефстроганов из курицы   | 80-50        | 100 /70         | 26,72            | 18,08        | 9,44         | 308,80                  | 0,14         | 0,13        | 1,28         | 0,10        | 60,50                    | 281,95        | 36,08         | 3,04         |
| 861       | Компот из свежих фруктов | 200          | 200             | 0,40             | 2,00         | 34,60        | 133,20                  | 0,09         | 1,30        | 0,09         | 0,20        | 5,40                     | 3,40          | 2,90          | 0,80         |
|           | Хлеб пшеничный           | 60           | 80              | 0,55             | 0,55         | 23,88        | 135,88                  | 0,900        | 0,05        | 0,02         | 0,10        | 15,60                    | 49,80         | 21,00         | 9,60         |
|           | <b>Итого</b>             |              |                 | <b>31,07</b>     | <b>23,83</b> | <b>76,32</b> | <b>651,28</b>           | <b>1,25</b>  | <b>1,48</b> | <b>1,99</b>  | <b>2,4</b>  | <b>114,5</b>             | <b>396,55</b> | <b>81,58</b>  | <b>14,84</b> |
|           | <b>Итого ккал</b>        |              |                 | <b>54,48</b>     | <b>37,57</b> | <b>146,1</b> | <b>1287,07</b>          | <b>1.562</b> | <b>3,85</b> | <b>37,81</b> | <b>6,54</b> | <b>348,24</b>            | <b>730,35</b> | <b>166,92</b> | <b>25,93</b> |

## Стоимость блюд

| <b>№ п/п</b> | <b>Названия блюд</b>          | <b>Цена (руб).</b> |
|--------------|-------------------------------|--------------------|
| 1.           | Булочки, пирожки              | 10.00              |
| 2.           | Каши молочные                 | 7.00               |
| 3.           | Борщ                          | 8.00               |
| 4.           | Супы                          | 10.00              |
| 5.           | Пюре картофельное             | 7.00               |
| 6.           | Макаронные изделия            | 5.00               |
| 7.           | Гречка отварная               | 10.00              |
| 8.           | Плов                          | 12.00              |
| 9.           | Рагу овощное                  | 10.00              |
| 10.          | Жаркое по домашнему с курицей | 26.00              |
| 11.          | Тефтели                       | 30.00              |
| 12.          | Котлета/соус                  | 19.00              |
| 13.          | Рыба тушеная                  | 20.00              |
| 14.          | Куры тушеные                  | 21.00              |
| 15.          | Сосиска отварная              | 18.00              |
| 16.          | Салаты овощные                | 7.00               |
| 17.          | Компот                        | 4.00               |
| 18.          | Чай                           | 2.00               |

## Помещение школьной столовой

| № п/п | Названия помещений                         | Площадь кв.м.                     |
|-------|--|-----------------------------------|
| 1.    | Общая площадь<br><br>Из них:               | 132.56 м <sup>2</sup>             |
| 2.    | Зал обеденный                              | 6x11= 66 м <sup>2</sup>           |
| 3.    | Кухня                                      | 3.37 x 12=40,44 м <sup>2</sup>    |
| 4.    | Моечная                                    | 3 x 3.94 = 11.82 м <sup>2</sup>   |
| 5.    | Подсобное помещение для хранения продуктов | 1.80 x3.50 = 6.3 м <sup>2</sup>   |
| 6.    | Подсобное помещение                        | 3.0 x 3.50 = 10.50 м <sup>2</sup> |
| 7.    | Туалет                                     | 0.80 x 1.50 = 1.2 м <sup>2</sup>  |
| 8.    | Душевая                                    | 1.0 x 2.30 = 2.3 м <sup>2</sup>   |

## Холодильное и технологическое оборудование

| № п/п | Наименование оборудования                   | Количество | Исправность         |
|-------|---|------------|---------------------|
| 1.    | Холодильная камера                          | 1          | В рабочем состоянии |
| 2.    | Морозильная камера                          | 1          | В рабочем состоянии |
| 3.    | Плита электрическая с жарочным шкафом       | 2          | В рабочем состоянии |
| 4.    | Водонагреватель электрический накопительный | 1          | В рабочем состоянии |
| 5.    | Электромясорубка                            | 1          | В рабочем состоянии |
| 6.    | Мармит                                      | 1          | В рабочем состоянии |