Примерное меню и пищевая ценность і Рацион: Начальная школа завтрак День: понедельник Неделя: 1							игот	(ых б. осенн	пюд е-зимн е т	ий
Nº	Прием пищи, наименование блюда	Macca		Іищевь щества		Энерге- тическая		Витами	ины (мг)	Мине	еральнь (м
рец.	ттрием пищи, паименование олюда	порции	Б	Ж	У	ценность (ккал)	B1	С	Α	Е	Ca	Р
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
	ьная школа завтрак		r				1					
	Каша "Дружба" с маслом.	200/10	7	13	50	344		1			141	223
	Рожок с малиной	100	0	0	00	140	1	1			100	105
	Какао с молоком Хлеб 40г	0.200 40	3	3	28 19	149 95	ı	4			120 8	105 26
	за Начальная школа завтрак	40	13	16	97	588	1	5			269	354
	за день		13	16	97	588	1	5	 		269	354
	за день		13	16	97	588	1	5			269	354
Рацио	н: Начальная школа завтрак	u,	День: еделя:	вторни	ик				Сезон: зраст:			
	<u> </u>	П		і Іищевь	IA.	Энерге-		ь	зраст.	7-1131		ральнь
Nº		Macca		щества		тическая		Витами	1ны (мг)	IVIVIIIC	М)
рец.	Прием пищи, наименование блюда	порции				ценность	5.4		Ι.			<u> </u>
'		-1	Б	Ж	У	(ккал)	B1	С	Α	Е	Ca	Р
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
	ьная школа завтрак											
463	Тефтели из говядины с рисом(паровые)	50/50	9	11	7	160		3			27	35
272,32	Макаронные изделия отварные	150	5	5	37	216					18	48
	Чай с лимоном.	200/7			15	59		3			8	10
	Хлеб 40г	40	3		19	95					8	26
	Сок 0,2	200	1		13	46		40	8		18	13
	за Начальная школа завтрак		18	16	91	576		46	8		79	132
	за день за день		18	16	91	576 576		46	8 8		79 79	132
	за день н: Начальная школа завтрак		18 Dans :	16 среда	91	5/6		46	<u>г</u> Сезон:	ОСОЦИ		132
гацио	н. Пачальная школа завтрак	Не	еделя:	1		L Ouense	1		зраст:		ет	
Nº		Macca		Іищевь щества		Энерге- тическая		Витами	ины (мг)	Мине	ральнь
рец.	Прием пищи, наименование блюда	порции			Γ΄	ценность		1	I			(M
Pod.		порции	Б	Ж	У	(ккал)	B1	С	Α	Е	Ca	Р
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Начал	ьная школа завтрак											
366	Запеканка из творога со сгуш.молоком	150/25	24	35	39	567		1	18		299	385
627,01	Чай с сахаром н/шк	200/15			15	57					5	8
953	Чокопай	35										
	Хлеб 40г	40	3		19	95					8	26
	за Начальная школа завтрак		27	35	73	719		1	18		312	419
	за день		27	35	73	719		1	18		312	419
	за день н: Начальная школа завтрак		27 D aur :	35 четвер	73	719		1 1	<u> 18</u> Сезон:	0001111	312	419
гацио	н. начальная школа завтрак		депь. Эделя:		וכ				зраст:			VIVI
				і Іищевь	ie	Энерге-			•			еральнь
Nº	Прием пищи, наименование блюда	Macca		щества		тическая		Витами	1ны (мг)		(M
рец.	прием пищи, наименование олюда	порции	Б	ж	У	ценность (ккал)	B1	С	Α	Е	Ca	Р
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Начал	ьная школа завтрак							•				
17	Гуляш из мяса (свинина) н/шк	100	13	28	4	311		4			17	134
	Рис отварной н/шк	150	5	4	40	216					26	210
	Кофейный напиток с молоком.	200	4	4	20	121		1	<u> </u>		120	90
	Хлеб 40г	40	3	00	19	95		_			8	26
	за Начальная школа завтрак		25	36	83	743		5			171	460
	за день СОШ № <u>5</u>		25	36	83	743		5	Приг	0)/(01114/	171	<u>460</u> анПиН 2
Приме	ерное меню и пищевая ценность пр	иготовля				2)						
Рацио	н: Начальная школа завтрак	_		ПЯТНИ	ца				Сезон:			ий
		He	деля:			2000		Во	зраст:	7-11 л		
Nº		Macca		Іищевь		Энерге-		Витами	ины (мг)	MINHE	ральнь
I INº	·	iviacca	ı ве	щества	L (E)	тическая	ì		,		i	(M
рец.	Прием пищи, наименование блюда	порции	Б	Ж	У	ценность	B1	С		Е	Ca	Р

Начальная школа завтрак										
394,1 Жаркое по домашнему с мясом	239	14	30	30	434	1	36		37	210
627,01 Чай с сахаром н/шк	200/15			15	57				5	8
299,02 Хлеб 40г	40	3		19	95				8	26
Итого за Начальная школа завтрак		17	30	64	586	1	36		50	244
Итого за день		17	30	64	586	1	36		50	244

	за день н: Начальная школа завтрак		17 Лень:	30 понел	64 ельник	586	1	36	језон.	ОСЕНЬ	50 е-зимні	244 ий
. ацио	на наприал школа завтрак		еделя:	2					зраст:		ет	
Nº	Прием пищи, наименование блюда	Macca		ищевь щества		Энерге- тическая		Витами	тны (мг)	Мине	ральнь (м
рец.		порции	Б	Ж	У	ценность (кк <u>а</u> л)	B1	С	A	Е	Ca	Р
1 Начап	2 ьная школа завтрак	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
	Каша рисовая н/шк	200	5	5	35	162		1			122	164
	Круассан со сгущеным вареным молоком	55		Ů	30	.02						
	Какао с молоком	0.200	3	3	28	149	1	4			120	105
	Хлеб 40г за Начальная школа завтрак	40	3 11	0	19 82	95 406	1	5			8 250	26 295
	за пачальная школа завтрак за день		11	<u>8</u> 8	82	406	1	5			250	295
Итого	за день		11	8	82	406	1	5			250	295
Рацио	н: Начальная школа завтрак		День: еделя:	вторні				•	Сезон: зраст:		е-зимні	
				<u>–</u> Іищевь	ie	Энерге-			1ны (мг			ральнь
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	<u>ве</u> Б	щества Ж	(г) У	тическая ценность	B1	С	A	E	Ca	(м Р
لــِــا						(ккал)						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
	ьная школа завтрак Котлета рубленая из куры(филе) 0.100	114	16	20	16	309					41	151
255.3	отобить по польшений по	150	8	6	39	249					17	188
	Чай с сахаром н/шк	200/15			15	57					5	8
299,02	Хлеб 40г	40	3		19	95					8	26
	за Начальная школа завтрак		27	26	89	710					71	373
	за день за день		27 27	26 26	89	710 710					71	373
	за день н: Начальная школа завтрак		<u>2/</u> День:		89	710			Сезон:	осенн	71 е-зимні	373 ий
	Неделя: 2 Возраст: 7-11 лет											
				ищевь	ie	Энерге-			ины (мг			ральнь
Nº	Прием пищи, наименование блюда	Macca	ве	цества	(г)	тическая		Diriami	INDI (IVII	,		(M
рец.		порции	Б	Ж	У	ценность	B1	С	Α	Е	Ca	Р
1	2	3	4	5	6	(ккал) 7	8	9	10	11	12	13
Начал	ьная школа завтрак				Ŭ	,	Ū	<u> </u>	.0			10
	Котлета рыбная(горбуша филе) 0.100	100	23	9	17	239		2			84	307
	Картофельное пюре н/шк	150	4	3	29	155		32			44	112
	Чай с лимоном.	200/7	_		15	59		3			8	10
	Хлеб 40г Яблоки.	40 200	<u>3</u>	1	19 20	95 90		33			8 39	26 24
	за Начальная школа завтрак	200	31	13	100	638		70			183	479
	за день		31	13	100	638		70			183	479
Приме	<u>СОШ № 5</u> рное меню и пищевая ценность пр н: Начальная школа завтрак		День:	четве)		(·		е 2 к Са е-зимні	анПиН 2 ий
		He	еделя:		10	HANTO		Во	зраст:	7-11 л		nor: :::
Nº		Macca		Іищевь цества		Энерге- тическая		Витами	ины (мг)	імине	ральнь (м
рец.	Прием пищи, наименование блюда	порции	Б	Ж	У	ценность (ккал)	B1	С	Α	Е	Ca	Р
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
	ьная школа завтрак	165		0.5								0.15
6	Курица отварная (бедро)	100	25	22	07	307		4	64		23	213
	Макароны отварные н/шк Кофейный напиток с молоком.	150 200	6 4	5 4	37 20	216 121		1			18 120	49 90
	Хлеб 40г	40	3	4	19	95		- '-			8	26
	за Начальная школа завтрак		38	31	76	739		5	64		169	378
	за день		38	31	76	739		5	64		169	378
	за день н: Начальная школа завтрак			31 пятни	76 ца	739					169 е-зимні	378 ий
		He	еделя:			. Oue		Во	зраст:	7-11 л		
Nº	Прием пищи, наименование блюда	Macca		Іищевь щества		Энерге- тическая		Витами	тны (мг)	Мине	ральнь (м
рец.		порции	Б	ж	У	ценность (кк <u>а</u> л)	B1	С	A	E	Ca	Р
1 1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13

Начальная школа завтрак									
161,11 Котлета рубленая из мяса 0,100	100	15	29	17	382	2		34	152
214,17 Капуста тушеная н/шк.	150	4	5	15	116	80		99	66
627,01 Чай с сахаром н/шк	200/15			15	57			5	8
299,02 Хлеб 40г	40	3		19	95			8	26
Итого за Начальная школа завтрак	_	22	34	66	650	82		146	252
Итого за день		22	34	66	650	82		146	252

Рацион: Начальная школа завтрак День: Понедельний Неделя: 3 Энерген Витамины (мг) Минеральная	14				<u> </u>		050						050	
Прием пици, наименование блюда Масса порции 1 2 3 4 5 6 6 7 6 9 10 11 12 13 13 15 15 15 15 15 15						<u>66</u> ельник	650						_252_ ий	
№ Прием пищи, наименование блюда поршим			He						Во	зраст:	7-11 л			
рец. прием пици, наименование блюда порции рец. прием пици, наименование блюда порции рец. прием пици, наименование блюда порции того за день	Nº	Помом виним моммоновонию блива	Масса					ı	Витами	іны (мг)	Мине	ральнь (м	
1 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 13 14 14 15 13 14 14 12 13 14 14 15 13 14 14 14 15 13 14 15 13 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15	рец.	прием пищи, наименование олюда	порции					B1	С	Α	Е	Ca	Р	
3.5.55 Каша _ Причеба* с маслом. 200110 7 13 50 3.44 1 1 141 22 23 2525 269 354 260 270 2	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	
3.5.55 Каша _ Причеба* с маслом. 200110 7 13 50 3.44 1 1 141 22 23 2525 269 354 260 270 2	Начал	ьная школа завтрак												
13,03 Ромонс смаличной (100 100			200/10	7	13	50	344		1			141	223	
299 об 2 Агрей об 19 о			100											
Игого за Дензыная школа завтрак № рец Прием пици, наименование блюда мого за дензыная школа завтрак № прием пици, наименование блюда мого за дензыная школа завтрак № прием пици, наименование блюда мого за дензыная школа завтрак № прием пици, наименование блюда мого за дензыная школа завтрак № прием пици, наименование блюда мого за дензыная школа завтрак № прием пици, наименование блюда мого за дензыная школа завтрак № прием пици, наименование блюда мого за дензыная школа завтрак № прием пици, наименование блюда мого за дензыная школа завтрак № прием пици, наименование блюда мого за дензыная школа завтрак № прием пици, наименование блюда мого за дензыная школа завтрак № прием пици, наименование блюда мого за дензыная школа завтрак № прием пици, наименование блюда мого за дензыная школа завтрак № прием пици, наименование блюда мого за дензыная школа завтрак № прием пици, наименование блюда мого за дензыная школа завтрак № прием пици, наименование блюда мого за дензыная школа завтрак № прием пици, наименование блюда мого за дензыная школа завтрак № прием пици, наименование блюда мого за дензыная школа завтрак № прием пици, наименование блюда мого за дензыная школа завтрак № прием пици, наименование блюда мого за дензыная школа завтрак № прием пици, наименование блюда мого за дензыная школа завтрак № прием пици, наименование блюда мого за дензыная школа завтрак № прием пици, наименование блюда мого за дензыная школа завтрак № прием пици, наименование блюда мого за дензыная школа завтрак № прием пици, наименование блюда мого за дензыная школа завтрак № прием пици, наименование блюда мого за дензыная школа завтрак № прием пици, наименование блюда мого за дензыная школа завтрак № прием пици, наименование блюда мого за дензыная школа завтрак № прием пици, наименование блюда мого за дензыная школа завтрак № прием пици, наименование блюда мого за дензыная школа завтрак № прием пици, наименование блюда мого за дензыная школа завтрак № прием пици, наименование блюда мого за дензыная школа з	693	Какао с молоком	0.200	3	3	28	149	1	4			120	105	
Игото за деень			40	3		19	95					8	26	
Могот за день 13 6 97 588 1 5 269 354				13	16	97	588	1	5			269	354	
День: вторчик начальная школа завтрак День: вторчик неделя: в неделя:				13	16	97	588	1	5			269	354	
No. Прием пищи, наименование блюда Пригото за Начальная школа завтрак 150							588	1						
Прием пищи, наименование блюдам Масса порции Б Ж У Инческая ценноств и прием из	Рацио	н: Начальная школа завтрак	He			1K							ИЙ	
№ рец. Прием пищи, наименование блюда масса порции вещества (г) исинисть (ккдл) тическая (ккдл) витическая (ккдл) витическая (ккдл) м (кдл) м (кдл) м (кдл) витическая (кдл) м (кдл) м (кдл) витическая (кдл) м (кдл) м (кдл) м (кдл) витическая (кдл) м (кдл)						ie	Энерге-			•			ральнь	
рец. Прием пищи, наименование опида порции В	Nº	П б	Macca				тическая		Витами	іны (мг)		•	
1	рец.	прием пищи, наименование олюда	порции				ценность	D4		_		0-	`	
Начальная школа завтрак 463 Тефтели из говядины с 50/50 9 11 7 160 3 27 35			•	Ь	ж	У	(ккал)	ВІ	C	A	E	Ca	Р	
43.05 Макароны отварины с регородительной распорацию 150 6 5 37 216	1	2	3	4	5	6		8	9	10	11	12	13	
рисомпаровые) 430.5 Макароны отварные н/шк 2930.02 Хлеб 40г 1 Сок О.2 11 Сок О.2 11 Сок О.2 11 Сок О.2 12 О.3 13 13 46 40 8 179 133 146 779 133 146 8 179 133 1470 70 38 Начальная школа завтрак 19 16 91 576 46 8 79 133 17 Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 4) 18 Начальная школа завтрак 18 Начальная школа завтрак 18 Начальная школа завтрак 19 16 91 576 46 8 79 133 18 Начальная школа завтрак 19 16 91 576 46 8 79 133 18 Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 4) 18 Начальная школа завтрак 18 Начальная школа завтрак 18 Начальная школа завтрак 18 Начальная школа завтрак 19 16 91 576 46 8 79 133 18 Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 4) 18 Начальная школа завтрак 18 Начальная школа завтрак 19 16 91 576 46 8 79 8 9 10 11 12 13 18 Начальная школа завтрак 19 17 Прием пищи, наименование блюда (порции) 19 18 91 576 46 8 79 8 9 10 11 12 13 18 Начальная школа завтрак 19 18 91 576 46 8 79 8 9 10 11 12 13 18 Начальная школа завтрак 19 10 19 16 91 576 46 8 8 79 8 9 10 11 12 13 18 Начальная школа завтрак 19 10 19 16 91 576 46 8 8 79 8 9 10 11 12 13 18 Начальная школа завтрак 19 10 19 16 91 576 46 8 8 79 8 9 10 11 12 13 18 Начальная школа завтрак 19 10 19 16 91 576 46 8 8 79 8 9 10 11 12 13 18 Начальная школа завтрак 19 10 19 16 91 576 46 8 8 79 8 9 10 11 12 13 18 Начальная школа завтрак 19 10 19 16 91 576 46 8 8 79 8 9 10 11 12 13 18 Начальная школа завтрак 19 10 19 16 91 576 46 8 8 79 8 9 10 11 12 13 18 Начальная школа завтрак 19 10 19 10 10 13 28 4 1 311 4 1 17 134 13 18 Рисс отварной н/шк 19 10 10 13 28 4 1 311 4 1 17 134 13 18 Рисс отварной н/шк 19 10 10 13 28 4 1 311 4 1 17 134 13 18 Рисс отварной н/шк 19 10 10 13 28 4 1 311 4 1 17 134 13 18 Рисс отварной н/шк 19 10 10 13 28 4 1 311 4 1 17 134 13 18 Рисс отварной н/шк 19 10 10 13 28 4 1 311 4 1 17 134 13 18 Рисс отварной н/шк 19 10 10 11 12 13 18 Начальная школа	Начал													
43.05 Макароны отварные н/шк 2007 1	463		50/50	9	11	7	160		3			27	35	
629.4 Чай с лимоном. 2007 15 59 3 3 8 8 10 299.02 Хлеб абог 40 3 19 95	43.05		150	6	5	37	216					18	49	
299.02 Хлеб 40г							_		3					
11 Cox 0,2 200			40	3		19	95					8	26	
Игото за день 19 16 91 576 46 8 79 133 Примерное мено и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 4) Рацион: Начальная школа завтрах День: среда Неделя: 3 Сезон: осенне-зимний Возраст: 7-11 лет № рец. Приме пищи, наименование блюда порции Масса порции Пищевые вещества (г) тическая порции Энергениченность (мяал) Витамины (м) Минеральны (м 284,07 Омлет н/шк 150 15 26 3 305 1 12 12 258 39,02 Хлеб 40г 40 3 19 95 8 9 10 11 120 90 299,02 Хлеб 40г 40 3 19 95 8 26 33 34 5 6 7 8 9 10 11 12 12 258 313,02 Слойка Сведловская* 100 4 4 20 121 1 1 120 90 299,02 Хлеб 40г 40 3 19 95 8 26 37 4 <	11	Сок 0,2	200	1		13	46		40	8		18	13	
МАОУ СОШ № 5 Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 4) Рацион: Начальная школа завтрак Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 4) День: среда Неделя: 3 Знергеневщества (г) инческая и				19	16	91	576		46	8			133	
Применное менко и пищевая ценность приготовляных блюд (лист 4) Рацион: Начальная школа завтрак № рец. Прием пищи, наименование блюда				19	16	91	576		46				133	
Рацион: Начальная школа завтрак День: среда неделя: з Сезон: Оселне-зимний Возраст: 7-11 лет Сезон: Оселне-зимний Возраст: 7-11 лет № рец. Прием пищи, наименование блюда рец. 1 Масса порции Пицевышества (г) пиценность (ккал) Витамины (м. рец. неность (ккал) Витамины										Прил	ожение	э 2 к Са	анПиН 2	
№ рец. Прием пищи, наименование блюда рец. Масса порции Пищевые вещества (г) тическая (жал) Витамины (мг) Минеральны (мг)				День:	среда	•	7						ий	
№ рец. Прием пищи, наименование блюда масса порции вещества (г) (кмал) тическая ценность (кмал) ВП С А Е Са Р А Е Са Р 1 чаньная школа завтрак 3 4 5 6 7 8 9 9 10 11 1 12 13 1 1 12 13 1 1 12 13 1 1 12 12 1 3 284.07 Омлет н/шк 150 15 26 3 3 305 1 1 1 12 120 1 125 258 33 Кобейный напиток с молоком. 200 4 4 20 121 1 1 120 90 1 120 90 299.02 Хлеб 40г 40 3 19 95 1 2 2 2 533 374 Итого за день 22 30 42 521 2 2 253 374 Итого за день 22 30 42 521 2 2 253 374 Рацион: Начальная школа завтрак День: четверг Неделя: 3 Сезон: осенне-зимний Возраст: 7-11 лет Прием пищи, наименование блюда Масса порции Б Ж У (кмал) Витамины (мг) Минеральны Витамины (мг) 1 1				Г	ищевь	ie	Энерге-			•			ральнь	
рец. Прием пищи, наименование опода порции Б Ж У ценность (ккал) В1 С А Е Са Р 1 1 2 3 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 13 14 12 13 13 14 17 134 15 15 258 15 12 12 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15	Nº	П б	Macca				тическая		Витами	іны (мг)		(м	
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 Начальная школа завтрак 150 15 26 3 305 1 125 258 13,02 Спойка"Свердловская" 100 4 4 20 121 1 1 120 90 299,02/Хлеб 40г 40 3 19 95 8 253 374 Итого за день 22 30 42 521 2 253 374 Итого за день 22 30 42 521 2 253 374 Рацион: Начальная школа завтрак День: четверг Неделя: 3 День: четверг Неделя: 3 Сезон: осенне-зимини Сезон: осенне-зимини 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 13 13 14 10 11 12 13 13 14 3 14 3	рец.	прием пищи, наименование олюда	порции					B1	С	Α	Е	Ca	T 1	
Начальная школа завтрак 150 15 26 3 305 1 125 258 130,02 Споказ" (Споказ" Свердловская" 100 100 120 121 1 120 12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	
284,07 Омлет н/шк	Начал	ьная школа завтрак												
13.02 Слойка"Свердловская" 100	284,07	Омлет н/шк	150	15	26	3	305		1			125	258	
299,02 Хлеб 40г 40 3 19 95 2 8 26 Итого за Начальная школа завтрак 22 30 42 521 2 253 374 Итого за день 22 30 42 521 2 253 374 Итого за день 22 30 42 521 2 253 374 Итого за день 22 30 42 521 2 253 374 Рацион: Начальная школа завтрак Прием пищи, наименование блюда Масса порции Бо ж у у карто за день 100 13 28 4 311 4 17 134 Тупляш из мяса (свиниа) н/шк 150 5 4 40 216 4 260 210 Ейглого за Начальная школа завтрак 21 32 78 679 4 56 378 Итого за день 3 50 50 50 50 50 50 50			100											
Итого за Начальная школа завтрак 22 30 42 521 2 253 374 Итого за день 22 30 42 521 2 253 374 Итого за день 22 30 42 521 2 253 374 Рацион: Начальная школа завтрак День: четверг Неделя: 3 Прием пищи, наименование блюда 22 30 42 521 2 253 374 Ва цень Прием пищи, наименование блюда Прием пищи, наименование блюда Масса порции 150 5 4 311 4 17 134 18 Рис отварной н/шк 150 5 4 40 216 26 210 19 9.0 19 95 15 8 26 10 гото за день 21			200	4	4	20	121		1			120	90	
Итого за день Итого за день Итого за день Итого за день Рец. 22 30 42 521 2 253 374 Рацион: Начальная школа завтрак Рец. День: четверт Неделя: 3 Сезон: осенне-зимний Возраст: 7-11 лет № рец. Прием пищи, наименование блюда Масса порции Пищевые вещества (г) (м (м (м кал)) Энергетическая (м (м (м кал)) Витамины (мг) Минеральны (м	299,02	Хлеб 40г	40			19	95						26	
Итого за день 22 30 42 521 2 253 374 Рацион: Начальная школа завтрак День: четверт Неделя: 3 День: четверт Пищевые Вещества (г) Энергетическая ценность (ккал) Витамины (мг) Минеральны Витамины (мг) Минеральны Витамины (мг) Минеральны (мг) Минеральны (мг) (мг) Маса (мг)														
Рацион: Начальная школа завтрак День: четверг Неделя: З З Витамины (мг) Витамины (мг) Минеральны (м минеральны (мг) Минеральны (мг) Минеральны (мг) Витамины (мг) Минеральны (мг) Минеральны (мг) Минеральны (мг) Витамины (мг) Минеральны (мг) Витамины (мг) Минеральны (мг) Витамины (мг) Минеральны (мг) Витамины (мг) Витамины (мг) Минеральны (мг) Витамины (мг) Витамины (мг) Минеральны (мг) Витамины (мг) Минеральны (мг) Витамины (мг) Минеральны (мг) Минеральны (мг) Витамины (мг) Минеральны (мг)<														
Ne peц. Прием пищи, наименование блюда рец. Неделя: 3 Пищевые вещества (г) тическая ценность (кмал) Вытамины (мг) Минеральны (м минеральны (мг) Ne peц. Прием пищи, наименование блюда Масса порции Б Ж у знергетическая ценность (кмал) ВІ с вышень (мг) В вытамины (мг) Минеральны (мг)		• •					521			لــــــــا				
№ рец. Прием пищи, наименование блюда Масса порции Пищевые вещества (г) инческая (ненность (ккал)) Витамины (мг) Минеральны (м Минеральны (м 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 Начальная школа завтрак 17 Гуляш из мяса (свинина) н/шк 100 13 28 4 311 4 17 134 18 Рис отварной н/шк 150 5 4 40 216 26 210 627,01 Чай с сахаром н/шк 200/15 15 57 8 9 10 11 12 13 299,02 Хлеб 40г 40 3 19 95 8 8 26 Итого за Начальная школа завтрак 21 32 78 679 4 56 378 Итого за день 21 32 78 679 4 56 378 Реци. Прием пищи, наименование блюда Масса порции	Рацио	н: начальная школа завтрак	u,			ЭΓ							ИΝ	
№ рец. Прием пищи, наименование блюда Масса порции вещества (г) тическая ценность (ккал) В1 С А Е Са Р Начальная школа завтрак 17 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 17 Гуляш из мяса (свинина) н/шк 100 13 28 4 311 4 17 134 18 Рис отварной н/шк 150 5 4 40 216 4 26 210 627,01 Чай с сахаром н/шк 200/15 15 57 4 26 210 627,01 Чай с сахаром н/шк 200/15 15 57 4 56 378 299,02 Хлеб 40г 40 3 19 95 4 56 378 Итого за день 21 32 78 679 4 56 378 Рециность день 4 56			п			ie	Энерге-						рапьнь	
рец. Прием пищи, наименование блюда порции Б Ж У ценность (ккал) В1 С А Е Са Р 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 Начальная школа завтрак 17 Гуляш из мяса (свинина) н/шк 100 13 28 4 311 4 1 17 134 18 Рис отварной н/шк 150 5 4 4 0 216 5 26 210 627,01 Чай с сахаром н/шк 200/15 5 15 57 5 5 8 299,02 Хлеб 40г 40 3 19 95 5 8 8 26 Итого за Начальная школа завтрак 21 32 78 679 4 56 378 Итого за день 21 32 78 679 4 56 378 Итого за день 21 32 78 679 4 56 378 Рацион: Начальная школа завтрак 4 56 378 Прием пищи, наименование блюда 4 56 378 Прием пищи, наименование блюда 5 Ж У Чень: пятница 100 100 100 100 100 100 100 100 100 10	Nº	<u> </u>	Macca						Витами	іны (мг))			
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 Начальная школа завтрак 17 Гуляш из мяса (свинина) н/шк 100 13 28 4 311 4 5 6 26 210 627,01 Чай с сахаром н/шк 200/15 5 4 40 216 56 270 5 8 299,02 Хлеб 40г 40 3 19 95 5 8 299,02 Хлеб 40г 40 3 19 95 5 8 26 Итого за Начальная школа завтрак 21 32 78 679 4 56 378 Итого за день 21 32 78 679 4 56 378 Итого за день 21 32 78 679 4 56 378 Рацион: Начальная школа завтрак 4 56 378 Прием пищи, наименование блюда 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 Начальная школа завтрак 5 6 7 8 9 10 11 12 13 Начальная школа завтрак 5 6 7 8 9 10 11 12 13		Прием пищи, наименование блюда										<u> </u>	T 1	
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 Начальная школа завтрак 17 Гуляш из мяса (свинина) н/шк 100 13 28 4 311 4 — 17 134 18 Рис отварной н/шк 150 5 4 40 216 — — — 26 210 627,01 Чай с сахаром н/шк 200/15 — 15 57 — — — 5 8 299,02 Хлеб 40г 40 3 — 19 95 — — — 8 26 Итого за Начальная школа завтрак 21 32 78 679 — 4 — 56 378 Итого за день — 21 32 78 679 — 4 — 56 378 Рацион: Начальная школа завтрак — — — — — 56 378 Масса порции — — — — — — — — — — — — — — — — — <td>гоц.</td> <td></td> <td></td> <td>ΙБ</td> <td>ж</td> <td>У</td> <td></td> <td>B1</td> <td>C</td> <td>Α</td> <td>Е</td> <td>Ca</td> <td>P</td>	гоц.			ΙБ	ж	У		B1	C	Α	Е	Ca	P	
Начальная школа завтрак 17 Гуляш из мяса (свинина) н/шк 100 13 28 4 311 4 17 134 18 Рис отварной н/шк 150 5 4 40 216 26 210 627,01 Чай с сахаром н/шк 200/15 15 57 5 8 299,02 Хлеб 40г 40 3 19 95 8 26 Итого за Начальная школа завтрак 21 32 78 679 4 56 378 Итого за день 21 32 78 679 4 56 378 Итого за день 21 32 78 679 4 56 378 Рацион: Начальная школа завтрак День: пятица Сезон: осенне-зимний Неделя: З 3 3 1 9нерге- пическая Витамины (мг) Минеральны (м Прием пищи, наименование блюда Витамины (мг) Кинеральны (мг) Кинеральны (мг) Кинеральны (мг) 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11	1	2	3	4	5	6		8	9	10	11	12	13	
18 Рис отварной н/шк 150 5 4 40 216 26 210	Начал	ьная школа завтрак												
18 Рис отварной н/шк 150 5 4 40 216 26 210 627,01 Чай с сахаром н/шк 200/15 15 57 5 8 299,02 Хлеб 40г 40 3 19 95 8 26 Итого за Начальная школа завтрак 21 32 78 679 4 56 378 Итого за день 21 32 78 679 4 56 378 Рацион: Начальная школа завтрак День: пятица Сезон: осенне-зимний Неделя: З З Энерге- порции Витамины (мг) Минеральны (мг) Прием пищи, наименование блюда Масса порции Бещества (г) Тическая (кал) Витамины (мг) Минеральны (кал) 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 <td td="" гозон="" на="" пр<="" правана="" правания="" станца=""><td>17</td><td>Гуляш из мяса (свинина) н/шк</td><td>100</td><td>13</td><td>28</td><td>4</td><td>311</td><td></td><td>4</td><td></td><td></td><td>17</td><td>134</td></td>	<td>17</td> <td>Гуляш из мяса (свинина) н/шк</td> <td>100</td> <td>13</td> <td>28</td> <td>4</td> <td>311</td> <td></td> <td>4</td> <td></td> <td></td> <td>17</td> <td>134</td>	17	Гуляш из мяса (свинина) н/шк	100	13	28	4	311		4			17	134
627,01 Чай с сахаром н/шк 200/15 15 57 58 58 299,02 Хлеб 40г 40 3 19 95 4 8 26 Итого за День 21 32 78 679 4 56 378 Итого за день 21 32 78 679 4 56 378 Рацион: Начальная школа завтрак День: пятица Сезон: осенне-зимний Неделя: 3 Пищевые вещества (г) Энергеническая ценность (ккал) Витамины (мг) Минеральны (мл) 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 Начальная школа завтрак	18		150			40	216					26		
Итого за Начальная школа завтрак 21 32 78 679 4 56 378 Итого за день 21 32 78 679 4 56 378 Итого за день 21 32 78 679 4 56 378 Рацион: Начальная школа завтрак День: пятница Неделя: З Сезон: осенне-зимний Возраст: 7-11 лет № рец. Прием пищи, наименование блюда порции Масса порции Пищевые вещества (г) Энергетическая (кал) Витамины (мг) Минеральны (м) 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 Начальная школа завтрак	627,01	Чай с сахаром н/шк	200/15			15	57							
Итого за день 21 32 78 679 4 56 378 Итого за день 21 32 78 679 4 56 378 Рацион: Начальная школа завтрак День: пятница Сезон: осенне-зимний Неделя: 3 Энергетическая порции Витамины (мг) Минеральны (м) № рец. 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 Начальная школа завтрак			40											
Итого за день 21 32 78 679 4 9 56 378 Рацион: Начальная школа завтрак День: пятница Вень: пятница Возраст: 7-11 лет Неделя: 3 Пищевые вещества (г) Энергетическая порции Витамины (мг) Минеральны (м) 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 Начальная школа завтрак		•												
Рацион: Начальная школа завтрак День: пятница Неделя: З Сезон: осенне-зимний Возраст: 7-11 лет № рец. Прием пищи, наименование блюда рец. Масса порции Пищевые вещества (г) Энергетическая ценность (ккал) Витамины (мг) Минеральны (мг) 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 Начальная школа завтрак									_					
Неделя: З Возраст: 7-11 лет № рец. Прием пищи, наименование блюда Масса порции Б Ж У ЗНергетическая (ккал) ВП С А Е Са Р 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 Начальная школа завтрак							679			لــــــــــــــــــــــــــــــــــــــ				
№ рец. Прием пищи, наименование блюда Масса порции Б Ж У Энергетическая ценность (ккал) В1 С А Е Са Р 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 Начальная школа завтрак	Рацио	н: начальная школа завтрак				та							ИЙ	
№ рец. Прием пищи, наименование блюда Масса порции вещества (г) тическая ценность (ккал) В1 С А Е Са Р 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 Начальная школа завтрак		T ''	He			10	Augneg		Во	зраст:	/-11 л		no=: :::	
прием пищи, наименование блюда масса порции вещества (г) пическая ценность (ккал) В1 С А Е Са Р 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 Начальная школа завтрак	No		Massa						Витами	іны (мг)	іліпне	٠,	
рец. порции Б ж у ценность (ккал) В1 С А Е Са Р 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 Начальная школа завтрак		Прием пищи, наименование блюда		ве	<u> цества</u>	(Г)	4					—	(M	
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 Начальная школа завтрак	рец.		порции	Б	ж	У		B1	С	Α	Е	Ca	Р	
Начальная школа завтрак	1	2	3	1		6	_						12	
•		=	J			U		U	9	10	- 1 1	12	13	
	ııanası	DIIGA MKUJIA SABIYAK												

693	Какао с молоком	0.200	3	3	28	149	1	4		120	105
953	Чокопай	35									
299,02	Хлеб 40г	40	3		19	95				8	26
Итого	за Начальная школа завтрак		20	33	77	678	2	40		165	341
Итого	за день		20	33	77	678	2	40		165	341

	за день н: Начальная школа завтрак		20 День :	33 понед	77 ельник	678	2	40	Сезон:	осенн	165 е-зимні	341 ий
_	· 	He	еделя: Т	4 Іищевь	10	Энерге-	ı	Во	зраст:	7-11 л		ральнь
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		ищевь щества		тическая		Витами Т	ины (мг)	IVIVING	ральнь (М
	2		Б 4	Ж	У 6	(ккал)	B1	C 9	Α 10	E	Ca	P 10
1 Начап	<u>∠</u> ьная школа завтрак	3	4	5	0	/	8	9	10	11	12	13
	Каша пшенная н/шк	200	5	8	27	201		1			105	129
	Круассан со сгущеным вареным молоком	55				201					100	120
	Кофейный напиток с молоком.	200	4	4	20	121		1			120	90
	Хлеб 40г	40	3		19	95					8	26
	за Начальная школа завтрак		12	12	66	417		2			233	245
	за день СОШ № 5		12	12	66	417		2	Прип	OWOLING	233	<u>245</u> анПиН 2
Приме	осш <u>на о</u> ерное меню и пищевая ценность пр н: Начальная школа завтрак	оиготовля Не	5)			Сезон: зраст:	осенн	е-зимні				
				Іищевь		Энерге-		Витами	ины (мг)	Мине	ральнь
Nº	Прием пищи, наименование блюда	Macca	ве	щества	a (r)	тическая	<u> </u>	1	(1911	,		(м
рец.		порции	Б	Ж	У	ценность	B1	С	Α	Е	Ca	Р
1	2	3	4	5	6	(ккал) 7	8	9	10	11	12	13
	<u> </u>					<u>'</u>			10	_ ' '	14	
	Котлета рубленая из куры(филе) 0.100	114	16	20	16	309					41	151
255,3	Греча рассыпчатая.	150	8	6	39	249					17	188
627,01	Чай с сахаром н/шк	200/15			15	57					5	8
	Хлеб 40г	40	3		19	95					8	26
	за Начальная школа завтрак		27	26	89	710					71	373
	за день		27	26	89	710					71	373
	за день		27	26	89	710		Щ,	Cosour	0001111	71	373
Рацион: Начальная школа завтрак День: среда Сезон: осенне-зимний Неделя: 4 Возраст: 7-11 лет										ИΝ		
		110		т Пищевь	ie	Энерге-	Ι .					ральнь
Nº	_	Macca		щества		тическая		Витами	ины (мг)	IVIVIIIO	ралыны М)
рец.	Прием пищи, наименование блюда	порции	Б	Ж	У	ценность (ккал)	B1	С	Α	Е	Ca	Р
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
	ьная школа завтрак											
	Тефтели из куры с рисом.	50/50	9	13	10	192		3			34	101
	Картофельное пюре н/шк	150	4	3	29	155		32			44	112
	Чай с лимоном.	200/7	2		15	59 05		3			8	10
	Хлеб 40г за Начальная школа завтрак	40	3 16	16	19 73	95 501		38			8 94	26 249
	за день		16	16	73	501		38			94	249
	за день		16	16	73	501		38			94	249
	н: Начальная школа завтрак			четве		001	!		Сезон:	осенн		
	•	He	еделя:					Во	зраст:	7-11 л	ет	
				Іищевь		Энерге-		Витами	ины (мг)	Мине	ральнь
Nº	Прием пищи, наименование блюда	Macca	ве	щества	і (г)	тическая			THE (WI	,		(м
рец.		порции	Б	Ж	У	ценность	B1	С	Α	Е	Ca	Р
1	2	3	4	5	6	(ккал) 7	8	9	10	11	12	13
	<u>∠</u> ьная школа завтрак	J		J	U	<u>'</u>	U	J	10	- 11	12	10
6	Курица отварная (бедро)	100	25	22		307		4	64		23	213
	Макароны отварные н/шк	150	6	5	37	216		<u> </u>			18	49
	Какао с молоком	0.200	3	3	28	149	1	4			120	105
	Хлеб 40г	40	3		19	95					8	26
	за Начальная школа завтрак		37	30	84	767	1	8	64		169	393
	за день		37	30	84	767	1	8	64		169	393
	за день		37	30	84	767	1	8	64	000:	169	393
гацио	н: Начальная школа завтрак	11.		пятни	ца				Сезон:			ЛИ
		He	еделя: І	4 Тищевь	IE.	Энерге-	ı	В0	зраст:	7-11Л		ральнь
Nº	_	Macca		шества щества		тическая		Витами	ины (мг)	IVIVING	ральнь М)
рец.	Прием пищи, наименование блюда	порции		T i	Γ΄	ценность				_	_	,
μощ.			Б	Ж	У	(ккал)	B1	С	Α	E	Ca	Р
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Начал	ьная школа завтрак	-	_	_		-	_			-	_	
	ьная школа завтрак Котлета рубленая из мяса 0,100	100	15	29	17	382		2	<u> </u>		34	_

214,17 Капуста тушеная н/шк.	150	4	5	15	116	80		99	66
627,01 Чай с сахаром н/шк	200/15			15	57			5	8
299,02 Хлеб 40г	40	3		19	95			8	26
Итого за Начальная школа завтрак		22	34	66	650	82		146	252
Итого за день		22	34	66	650	82		146	252

Составил	Бухгалтер		Утвердил
		М.П.	

іе вещ іг)	іе вещества іг)								
Mg	Fe								
14	15								
61	1								
29	1								
6									
96	2								
96	2								
96	2								

іе вещества									
Mg	Fe								
14	15								
11									
9	1								
5	1								
6									
11									
42	2								
42	2								
42	2								

іе вещ іг)	ества						
Mg	Fe						
14	15						
46	1						
4	1						
6							
56	2						
56	2						
56	2						

іе вещества		
Mg	Fe	
14	15	
· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·		
22	2	
74	1	
14		
6		
116	3	
116	3	
2.4.5.2409-08		

е вещества		
IF)		
Mg	Fe	
14	15	

56	3
4	1
6	
66	4
66	4

66	4

не вещества иг)		
Mg	Fe	
14	15	
42	1	
29	1	
6		
77	2	
77	2	
77	2	

	е вещества		
	IГ)	1	
	Mg	Fe	
	14	15	
	22	2	
	125	4	
	4	1	
	6		
	157	7	
	157	7	
	157	7	

не вещ	ества		
IL)			
Mg	Fe		
14	15		
48	1		
40	1		
5	1		
6			
18	4		
117	7		
117	7		

2.4.5.2409-08

іе вещества		
<u>IF)</u>	ī	
Mg	Fe	
14	15	
•		
30	2	
9	1	
14		
6		
59	3	
59	3	
59	3	

е вещества	
Mg	Fe
14	15

27	2
27 32 4	1
4	1
6	
69	4
69	4
69 69	

69	4

не вещества іг)		
Mg	Fe	
14	15	
61	1	
29	1	
6		
96	2	
96	2	
96	2	

ле вещества гг)		
Mg	Fe	
14	15	
11		
9	1	
5	1	
6		
11		
42	2	
42	2	
2.4.5.2	409-08	

іе вещества іг)		
Mg	Fe	
14	15	
20	3	
14		
6		
40	3	
40	3	
40	J	

	іе вещества іг)		
	Mg	Fe	
	14	15	
	22	2	
	74	1	
	4	1	
	6		
	106	4	
	106	4	
	106	4	

не вещества г)		
	Mg	Fe
	14	15
	56	3

29	1
6	
91	4
91	4
	4

91	4

е вещества		
IL)	
	Mg	Fe
Е	14	15
Ξ		
	32	1
Г	14	
Г	6	
E	52	1
	52	1
$\overline{}$	7	100 00

2.4.5.2409-08

	е вещества		
	IF)	1	
	Mg	Fe	
	14	15	
	22	2	
	125	4	
	4	1	
	6		
	157	7	
	157	7	
	157	7	

іе вещества іг)		
Mg	Fe	
14	15	
19	1	
40	1	
5	1	
6		
70	3	
70	3	
70	3	

не вещества пг)		
Mg	Fe	
14	15	
30	2	
9	1	
29	1	
6		
74	4	
74	4	
74	4	

је вещества јг)		
	Mg	Fe
	14	15
	27	2

ı	32	1
ı	4	1
ı	6	
ı	69	4
ı	69	4

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 143507986500560089701835989304833372774460075027

Владелец Артюгин Денис Евгеньевич Действителен С 31.03.2025 по 31.03.2026