Школьная столовая № 31 п. Восток
Десятидневное цикличное меню
Сезон: осень - зима
Возрастная категория: 7 - 16 лет

Утверждаю: Директор МКОУ " СОШ № 31 "
п. Восток
_____ Мазур З.И.
сентябрь 2023 г.

№ рец	Пиём пищи, наименование блюда	масса порции. Г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамины				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1,мг	С1,мг	А,мг	Е, мг	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1 день														
Дети с ОВЗ и дети-инвалиды с 7 - 11 лет														
	Завтрак													
7209	макароны с сыром	170	6,5	13	34	**285**	0,2	0,4	73	0,3	110	163	41	1,04
7208	**или** каша рисовая молочная	200	6,4	13	34	285	0,2	0,4	73	0,3	110	163	41	1,04
3	бутерброд с сыром или яблоко	60	0,3	16,09	15	**101,4**	0,04	0,2	111,5	0,6	252,2	166	17	0,53
	какао на молоке	200	3,18	2,5	36,6	**155**	0,04	1,2	0,02	0	135,75	15,5	97,5	1,2
	всего:	430	9,98	31,59	85,6	541,4	0,28	1,8	184,52	0,9	497,95	344,5	155,5	2,77
	Обед													
855/783	гречка с соусом, печень по строгоновски	280	15,37	18,73	43,71	**480**	0,29	2,3	87	1	56	123,6	260	6
621	**или** плов с мясом	180	13,92	7,85	6,53	465	0,1	3,4	0,01	0,45	52,11	59,77	238,5	0,96
5033	хлеб ржано-пшеничный	30	3,8	0,4	24,6	**29,64**	0,06	0	0	0,55	10	32,5	7	0,55
5015	компот из свеж ягод	200	0,4	0	28	116	0	2,2	0	0,6	14	8	24	0,8
943	**или** чай с сахаром	200	0,04	0	15,05	**61,83**	0	0	0	0	0,45	0	0	0,05
	молоко	200	2,9	2,5	4,8	**54**	1,3	0,7	1,1	0	12	4	3,5	0,6
	всего обед:	860	29,73	19,13	111,36	571,47	0,35	4,5	87	2,15	80,45	156,1	267	7,4
	всего :	1290	39,71	50,72	196,96	1112,87	0,63	6,3	271,52	3,05	578,4	500,6	422,5	10,17
Бесплатное питание 1-4 классы: с 7 -11 лет														
7209	макароны с сыром	170	6,5	13	34	**285**	0,2	0,4	73	0,3	110	163	41	1,04
7208	**или** каша рисовая молочная	200	6,4	13	34	285	0,2	0,4	73	0,3	110	163	41	1,04
3	бутерброд с сыром или яблоко	60	0,3	16,09	15	**101,4**	0,04	0,2	111,5	0,6	252,2	166	17	0,53
	какао на молоке	200	3,18	2,5	36,6	**155**	0,04	1,2	0,02	0	135,75	15,5	97,5	1,2
	молоко	200	2,9	2,5	4,8	**54**	1,3	0,7	1,1	0	12	4	3,5	0,6
	всего :	430	9,7	31,59	53,8	595,4	1,54	1,3	185,6	0,9	374,2	333	61,5	2,17
Бесплатное питание детей 5-11 классов из многодетных семей и семей имеющих среднедушевой доход ниже прожиточного минимума, детей-сирот: с 11 лет														
855/783	гречка с соусом, печень по строгоновски	280	15,37	18,73	43,71	**480**	0,29	2,3	87	1	56	123,6	260	6
621	**или** плов с мясом	180	13,92	7,85	6,53	465	0,1	3,4	0,01	0,45	52,11	59,77	238,5	0,96
5033	хлеб ржано-пшеничный	30	3,8	0,4	24,6	**29,64**	0,06	0	0	0,55	10	32,5	7	0,55
5015	компот из свеж ягод	200	0,4	0	28	116	0	2,2	0	0,6	14	8	24	0,8
943	**или** чай с сахаром	200	0,04	0	15,05	**61,83**	0	0	0	0	0,45	0	0	0,05
216	щи из свеж капусты	300	8,16	10,12	16,9	**175,23**	0,1	9,23	38,2	0,4	23	87,5	20,1	1,2
	всего за обед :	510	19,57	8,25	59,13	746,7	0,16	5,6	0,01	1,6	76,11	100,27	269,5	2,31
Дополнительные обеды 5-11 классы:														
855/783	гречка с соусом, печень по строгоновски	280	15,37	18,73	43,71	**480**	0,29	2,3	87	1	56	123,6	260	6
621	**или** плов с мясом	180	13,92	7,85	6,53	465	0,1	3,4	0,01	0,45	52,11	59,77	238,5	0,96
5033	хлеб ржано-пшеничный	30	3,8	0,4	24,6	**29,64**	0,06	0	0	0,55	10	32,5	7	0,55
5015	компот из свеж ягод	200	0,4	0	28	116	0	2,2	0	0,6	14	8	24	0,8
943	**или** чай с сахаром	200	0,04	0	15,05	**61,83**	0	0	0	0	0,45	0	0	0,05
216	щи из свеж капусты	300	8,16	10,12	16,9	**175,23**	0,1	9,23	38,2	0,4	23	87,5	20,1	1,2
	всего обед:	810	27,73	29,25	113,21	746,7	0,45	13,73	125,2	2,55	103	251,6	311,1	9,56
Дополнительные блюда														
216	щи из свеж капусты	300	8,16	10,12	16,9	175,23	0,1	9,23	38,2	0,4	23	87,5	20,1	1,2
100	салат из свеж овощей	110	2,4	5,3	14	113	0,1	17	0	2,4	33	71	34	1,3
63	салат из капусты с горошком	110	1,14	6,08	6,08	84,74	0,05	0,07	4,4	2,99	23,76	48,52	33,44	0,62
65	шрлотка с яблоками	70	23,25	15,03	28,58	347,16	0,5	1,35	108,95	0,46	295,69	0,6	39,86	0,87
213	суп с сайрой	280	6,1	8,2	14	154	0,09	9	38	0,4	22	88	20	1,2

Заведующая производством_____ Э.П. Плеханова

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ПОДЛИННОСТЬ ДОКУМЕНТА ПОДТВЕРЖДЕНА.
ПРОВЕРЕНО В ПРОГРАММЕ КРИПТОАРМ.

Подпись

Общий статус подписи	Подпись верна
Владелец	Мазур Зинаида Ивановна, Мазур, Зинаида Ивановна, adm.uo.akmr@yandex.ru, 251701152339, 14655974809, МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №31" П.ВОСТОК КРАСНОАРМЕЙСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА ПРИМОРСКОГО КРАЯ, Директор, п.Восток, Приморский край, RU
Издатель	Казначейство России, Казначейство России, RU, г. Москва, Большой Златоустинский переулок, д. 6, строение 1, 1047797019830, 7710568760, 77 Москва, uc_fk@roskazna.ru
Серийный номер	00BAEEC4B1D9ABF16AEAD5A8DECB4840DB
Сертификат действителен с	22.08.2023 17:02:00 UTC+10
Сертификат действителен до	14.11.2024 17:02:00 UTC+10
Дата и время создания ЭП	14.09.2023 11:51:28 UTC+10