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
4 день														
Дети с ОВЗ и дети-инвалиды: с 7-11 лет														
	Завтрак													
215	каша манная молочная	200	5,6	11	35	263	0,01	0,4	72	0,6	108	106	17	0,4
7208	**или** омлет	150	7,85	9,06	3,21	**124,93**	0,04	0,2	0,22	3,4	100,8	14,4	151,5	1,32
3	бутерброд с сыром 30/20	60	0,3	16,09	15	**239**	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:	410	11,33	27,65	54,81	518,93	0,12	1,6	111,74	4	488,75	195,9	266	3,05
	Обед													
783	рис с соусом	200	4,5	11	39	257,2	0,05	1,35	77	0,4	6,7	27	82	0,6
855/783	**или** гречка с соусом	200	6,5	9	32	**164,3**	0,23	1,4	48	0,5	12,1	102	154	3,5
5033	хлеб ржано-пшеничный	60	3,8	0,4	24,6	**117,5**	0,06	0	0	0,55	10	32,5	7	0,55
5015	компот из сухофруктов	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
619	котлеты мясные	80	8,32	16	16,96	179,2	0,03	0	0	0	19,2	16	127,2	1,44
621	**или** котлеты рыбные	80	13,3	4,7	9,59	**133,75**	0,09	0,43	26,25	0,5	53,38	30	183,5	0,74
	молоко	200	2,9	2,5	4,8	**54**	1,3	0,7	1,1	0	12	4	3,5	0,6
	всего обед:	1000	11,64	13,9	111,45	606,53	1,41	4,25	78,1	1,55	43,15	71,5	116,5	2,6
	всего :	1410	22,97	41,55	166,26	1125,46	1,53	5,85	189,84	5,55	531,9	267,4	382,5	5,65
Бесплатное питание 1-4 классы: с 7-11 лет														
783	картофельное пюре с соусом	200	4,5	11	39	257,2	0,05	1,35	77	0,4	6,7	27	82	0,6
855/783	**или** гречка с соусом	200	6,5	9	32	**164,3**	0,23	1,4	48	0,5	12,1	102	154	3,5
5033	хлеб ржано-пшеничный	30	3,8	0,4	24,6	**46,76**	0,06	0	0	0,55	10	32,5	7	0,55
5015	компот из сухофруктов	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
619	котлеты мясные	80	8,32	16	16,96	**179,2**	0,03	0	0	0	19,2	16	127,2	1,44
621	**или** котлеты рыбные	80	13,3	4,7	9,59	133,75	0,09	0,43	26,25	0,5	53,38	30	183,5	0,74
	молоко	200	2,9	2,5	4,8	**54**	1,3	0,7	1,1	0	12	4	3,5	0,6
	всего :	710	24,9	18,6	105,99	560,26	1,5	4,68	104,35	2,05	96,08	101,5	300	3,29
Бесплатное питание детей 5-11 классов из многодетных семей и семей имеющих среднедушевой доход ниже прожиточного минимума, детей-сирот: с 11 лет														
216	свекольник с курицей	300	7	11	18	**216**	0,1	6,3	0,1	0,2	25,3	19,2	62	1,2
783	рис с соусом	200	4,5	11	39	72	0,05	1,35	77	0,4	6,7	27	82	0,6
855/783	**или** гречка с соусом	200	6,5	9	32	**164,3**	0,23	1,4	48	0,5	12,1	102	154	3,5
5033	хлеб ржано-пшеничный	80	3,8	0,4	24,6	**117,5**	0,06	0	0	0,55	10	32,5	7	0,55
5015	компот из сухофруктов	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
619	котлеты мясные	100	8,32	16	16,96	179,2	0,03	0	0	0	19,2	16	127,2	1,44
621	**или** котлеты рыбные	100	13,3	4,7	9,59	**133,75**	0,09	0,43	26,25	0,5	53,38	30	183,5	0,74
	всего за обед :	880	29	27,1	119,19	747,55	0,3	10,28	103,35	2,25	109,38	116,7	358,5	3,89
Дополнительные обеды 5-11 классы:														
783	рис с соусом	200	4,5	11	39	**257,2**	0,05	1,35	77	0,4	6,7	27	82	0,6
855/783	**или** гречка с соусом	200	6,5	9	32	164,3	0,23	1,4	48	0,5	12,1	102	154	3,5
5033	хлеб ржано-пшеничный	80	3,8	0,4	24,6	**117,5**	0,06	0	0	0,55	10	32,5	7	0,55
5015	компот из сухофруктов	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
619	котлеты мясные	100	8,32	16	16,96	179,2	0,03	0	0	0	19,2	16	127,2	1,44
621	**или** котлеты рыбные	100	13,3	4,7	9,59	**133,75**	0,09	0,43	26,25	0,5	53,38	30	183,5	0,74
	всего обед:	580	22	16,1	101,19	624,45	0,2	3,98	103,25	2,05	84,08	97,5	296,5	2,69
Дополнительные блюда														
	салат Оливье с колбасой	110	6,2	1,6	7	94	0,04	11,6	0	3	40,4	30,3	18	1
100	салат из свеж овощей	110	2,4	5,3	14	113	0,1	17	0	2,4	33	71	34	1,3
81	салат из квашеной капусты	110	1	3,07	5,3	58	0,01	15,4	0	1,4	26	21	9,08	0,4
65	пирог с повидлом	100	6	6,2	34,62	218,39	0,09	0,65	37,7	1,27	72,48	92,54	15,27	0,74
1051	булочка с кунжутом	100	5,9	6,1	34,62	218,39	0,09	0,65	37,7	1,3	72,48	92,54	15,27	0,74
213	суп гороховый с колбасой	280	2,9	2,42	3,7	175,23	0,04	5,84	0,13	0,19	28,96	22,24	78,56	1,03
	свекольник с курицей	300	7	11	18	216	0,1	6,3	0,1	0,2	25,3	19,2	62	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 11:56:35 UTC+10