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.	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
5 день														
Дети с ОВЗ и дети-инвалиды: с 7-11 лет														
	Завтрак													
855	макароны с сыром	190	20,3	17	35,69	**265**	0,06	1,01	48	0,5	45,1	47,5	199,3	2,19
7209	**или** каша манная молочная	200	6,5	13	34	285	0,2	0,4	73	0,3	110	163	41	1,04
3	хлеб	30	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
943	**или** чай с сахаром	200	0,04	0	15,05	**61,83**	0	0	0	0	0,45	0	0	0,05
	всего:	420	23,78	35,59	87,29	565,83	0,14	2,41	159,52	1,1	433,05	229	313,8	3,92
	Обед													
601	плов с мясом, свинина	230	18,4	19	46	423	0,1	1,2	0	3,2	16	51	240	2,7
590	**или** гречка с/с, крыло курин тушёное	255	17	15	21	**289**	0,2	27	18	0,5	25	49	223	3,4
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 свеж ягод	200	0,4	0	28	**116**	0	2,2	0	0,6	14	8	24	0,8
943	**или** чай с лимоном	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:	690	22,64	19,4	113,65	718,33	0,16	3,4	0	4,35	40,45	91,5	271	4,1
	всего :	1110	46,42	54,99	200,94	1284,16	0,3	5,81	159,52	5,45	473,5	320,5	584,8	8,02
Бесплатное питание 1-4 классы: с 7-11 лет														
855	макароны с сыром или с курицей	200	20,3	17	35,69	**425**	0,06	1,01	48	0,5	45,1	47,5	199,3	2,19
7209	**или** щи из квашеной капусты с курицей	250	8,16	10,12	16,9	175,23	0,1	9,23	38,2	0,4	23	87,5	20,1	1,2
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 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 :	660	27,4	19,9	93,09	596,5	1,42	3,91	49,1	1,65	81,1	92	233,8	4,14
Бесплатное питание детей 5-11 классов из многодетных семей и семей имеющих среднедушевой доход ниже прожиточного минимума, детей-сирот: с 11 лет														
216	щи из квашеной капусты с курицей	300	8,16	10,12	16,9	**175,23**	0,1	9,23	38,2	0,4	23	87,5	20,1	1,2
601	плов с мясом, свинина	250	18,4	19	46	**423**	0,1	1,2	0	3,2	16	51	240	2,7
590	**или** гречка с/с, крыло курин тушёное	255	17	15	21	289	0,2	27	18	0,5	25	49	223	3,4
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 свеж ягод	200	0,4	0	28	**116**	0	2,2	0	0,6	14	8	24	0,8
943	**или** чай с лимоном	200	0,04	0	15,05	61,83	0	0	0	0	0,45	0	0	0,05
	всего за обед :	830	30,4	29,52	102,55	831,73	0,26	10,43	38,2	4,15	49,45	171	267,1	4,5
Дополнительные обеды 5-11 классы:														
601	плов с мясом, свинина	250	18,4	19	46	**423**	0,1	1,2	0	3,2	16	51	240	2,7
590	**или** гречка с/с, крыло курин тушёное	255	17	15	21	289	0,2	27	18	0,5	25	49	223	3,4
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 свеж ягод	200	0,4	0	28	**116**	0	2,2	0	0,6	14	8	24	0,8
943	**или** чай с лимоном	200	0,04	0	15,05	**61,83**	0	0	0	0	0,45	0	0	0,05
	всего обед:	530	22,24	19,4	85,65	602,33	0,16	1,2	0	3,75	26,45	83,5	247	3,3
Дополнительные блюда														
216	рассольник с курицей	300	8,16	10,12	16,9	175,23	0,1	9,23	38,2	0,4	23	87,5	20,1	1,2
	салат из морской капусты	110	1,9	0,1	3,9	24	0,07	6	30	0,12	12	12,6	0,78	0,42
56	салат из свежих помидоров	110	1	3,5	3	54,64	0,04	11,6	0	3	40,4	30,3	18	1
7209	суп лапша с курицей	280	6,18	3,3	14,65	113	0,11	8,3	59	0,3	25	71	27	1,24
1052	пирог шарлотка	70	6	6,2	34,62	218,39	0,09	0,65	37,7	1,27	72,48	92,54	15,27	0,74
	солянка из свеж капусты	150	1,4	2,5	4,7	44,9	0,07	89,2	187	0,78	47	21	66	0,73

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 11:58:25 UTC+10