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
6 день														
Дети с ОВЗ и дети-инвалиды6 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
400	**или** вареники с картофелем	200	4,8	8,4	30,8	**220,8**	0,21	33,4	54	0,3	68,5	45	139	1,6
3	бутерброд с сыром 30/30	60	0,3	16,09	15	**239**	0,04	0,2	111,5	0,6	252,2	166	17	0,53
943	чай с сахаром	200	0,04	0	15,05	**61,83**	0	0	0	0	0,45	0	0	0,05
	всего:	460	5,14	24,49	60,85	521,63	0,25	33,6	165,5	0,9	321,15	211	156	2,18
	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	309	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
868	компот из сухофруктов	200	0,5	0,1	31,2	**111,2**	0,07	0,21	0,3	0	14,62	0	0	0,92
943	**или** чай с сахаром	200	0,04	0	15,05	61,83	0	0	0	0	0,45	0	0	0,05
	котлета рыбная	80	13,3	4,7	9,59	133,75	0,09	0,4	26,3	0	53,38	30	183,5	0,74
	или биточки куриные	80	9,7	13,92	7,89	**196**	0,04	0,26	64	0,5	56	15,4	105,9	1,01
	молоко	200	2,9	2,5	4,8	**54**	1,3	0,7	1,1	0	12	4	3,5	0,6
	яблоки свежие порционно	100	0,35	0,35	8,67	41,58	0,03	8,9	0	0,18	14,15	9,73	7,96	1,95
	всего обед:	900	14,79	22,95	130,72	834,81	1,68	12,56	126,4	1,08	60,02	142,73	247,46	7,62
	всего :	1360	19,93	47,44	191,57	1356,44	1,93	46,16	291,9	1,98	381,17	353,73	403,46	9,8
Бесплатное питание 1-4 классы: с 7-11 лет														
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	309	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
868	компот из сухофруктов	200	0,5	0,1	31,2	111,2	0,07	0,21	0,3	0	14,62	0	0	0,92
943	**или** чай с сахаром	200	0,04	0	15,05	**61,83**	0	0	0	0	0,45	0	0	0,05
	котлета рыбная	80	13,3	4,7	9,59	133,75	0,09	0,4	26,3	0	53,38	30	183,5	0,74
	или биточки куриные	80	9,7	13,92	7,89	**196**	0,04	0,26	64	0,5	56	15,4	105,9	1,01
	молоко	200	2,9	2,5	4,8	**54**	1,3	0,7	1,1	0	12	4	3,5	0,6
	всего :	510	18,5	25,42	102,69	615,79	0,22	1,82	141,3	1,45	87,32	74,9	194,9	3,08
Бесплатное питание детей 5-11 классов из многодетных семей и семей имеющих среднедушевой доход ниже прожиточного минимума, детей-сирот: с 11 лет														
213	суп с клёцками с курицей	250	6,1	8,2	14	**154**	0,09	9	38	0,4	22	88	20	1,2
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	**309**	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
868	компот из сухофруктов	200	0,5	0,1	31,2	111,2	0,07	0,21	0,3	0	14,62	0	0	0,92
943	**или** чай с сахаром	200	0,04	0	15,05	**61,83**	0	0	0	0	0,45	0	0	0,05
	котлета рыбная	100	13,3	4,7	9,59	133,75	0,09	0,4	26,3	0	53,38	30	183,5	0,74
	или биточки куриные	100	9,7	13,92	7,89	**196**	0,04	0,26	64	0,5	56	15,4	105,9	1,01
	всего за обед :	830	24,6	33,62	116,69	838,33	0,31	10,82	179,3	1,85	109,32	162,9	214,9	4,28
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	309	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
868	компот из сухофруктов	200	0,5	0,1	31,2	**121**	0,07	0,21	0,3	0	14,62	0	0	0,92
943	**или** чай с сахаром	200	0,04	0	15,05	61,83	0	0	0	0	0,45	0	0	0,05
	котлета рыбная	100	13,3	4,7	9,59	133,75	0,09	0,4	26,3	0	53,38	30	183,5	0,74
	или биточки куриные	100	9,7	13,92	7,89	**196**	0,04	0,26	64	0,5	56	15,4	105,9	1,01
	всего обед:	580	18,5	25,42	102,69	691,7	0,22	1,82	141,3	1,45	87,32	74,9	194,9	3,08
Дополнительные блюда														
216	борщ 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 Мимоза с сайрой	110	6	1,5	5	95	0,08	6	30	0,12	12	12,6	0,78	0,42
81	салат из квашеной капусты	110	1	3,07	53	58	0,01	15,4	0	1,4	26	21	9,08	0,4
64	печенье Хризантема	100	23,25	15,03	28,58	347,16	0,5	1,35	108,95	0,46	295,69	0,6	39,86	0,87
1053	булочка со сгущ молоком	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 с клёцками с курицей	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 12:00:20 UTC+10