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
9 день														
Дети с ОВЗ и дети-инвалиды: с 7-11 лет														
	Завтрак													
	макароны с тушёнкой	200	6,5	13	34	285	0,2	0,4	73	0,3	110	163	41	1,04
7208	**или** каша рисовая молочная	200	6,03	1,28	21,04	**165,25**	0,08	1,1	38,3	0,2	198,5	28,83	171,7	0,31
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
	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:	460	9,51	19,87	72,64	559,25	0,16	2,5	149,82	0,8	586,45	210,33	286,2	2,04
	Обед													
	гороховое пюре с соусом	200	7,5	11	43	314	0,2	1,35	77	1,1	14,5	12	55	1,1
855/783	**или** гречка с соусом	200	6,5	9	32	**270,2**	0,23	1,4	48	0,5	12,1	102	154	3,5
621	рыба припущеная с овощами	80	13,92	7,85	6,53	**150**	0,1	3,4	0,01	0,45	52,11	59,77	238,5	0,96
619	**или** котлеты мясные	80	8,87	9,73	11,71	171	0,06	0,9	39	0,5	43,9	21,6	106	2,5
5033	хлеб ржано-пшеничный	30	3,8	0,4	24,6	**46,56**	0,06	0	0	0,55	10	32,5	7	0,55
	кисель	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:	910	28,56	21,75	121,98	805	1,66	7,65	78,11	2,7	103,06	116,27	328	4,06
	всего :	1370	38,07	41,62	194,62	1364,25	1,82	10,15	227,93	3,5	689,51	326,6	614,2	6,1
Бесплатное питание 1-4 классы: с 7-11 лет														
	гороховое пюре с соусом	200	7,5	11	43	**280,5**	0,2	1,35	77	1,1	14,5	12	55	1,1
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
621	рыба припущеная с овощами	80	13,92	7,85	6,53	**150**	0,1	3,4	0,01	0,45	52,11	59,77	238,5	0,96
619	**или** котлеты мясные	80	8,87	9,73	11,71	171	0,06	0,9	39	0,5	43,9	21,6	106	2,5
5033	хлеб ржано-пшеничный	30	3,8	0,4	24,6	**46,56**	0,06	0	0	0,55	10	32,5	7	0,55
	кисель	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
	яблоко	100	1,08	3,04	1,04	**26,8**	0,06	7	0	0,7	6,9	3,5	6	0,21
	молоко	200	2,9	2,5	4,8	**54**	1,3	0,7	1,1	0	12	4	3,5	0,6
	всего :	610	20,65	22,17	97,35	673,86	0,41	11,5	87	2,85	86,9	167,6	297	7,56
Бесплатное питание детей 5-11 классов из многодетных семей и семей имеющих среднедушевой доход ниже прожиточного минимума, детей-сирот: с 11 лет														
	гороховое пюре с соусом	200	7,5	11	43	**314**	0,2	1,35	77	1,1	14,5	12	55	1,1
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
621	рыба припущеная с овощами	100	13,92	7,85	6,53	**150**	0,1	3,4	0,01	0,45	52,11	59,77	238,5	0,96
619	**или** котлеты мясные	100	8,87	9,73	11,71	171	0,06	0,9	39	0,5	43,9	21,6	106	2,5
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
	кисель	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
2042	суп гречневый с тушёнкой	250	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 :	830	27,73	29,25	113,21	818,56	0,45	13,73	125,2	2,55	103	251,6	311,1	8,55
Дополнительные обеды 5-11 классы:														
	гороховое пюре с соусом	200	7,5	11	43	314	0,2	1,35	77	1,1	14,5	12	55	1,1
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
621	рыба припущеная с овощами	100	13,92	7,85	6,53	150	0,1	3,4	0,01	0,45	52,11	59,77	238,5	0,96
619	**или** котлеты мясные	100	8,87	9,73	11,71	**171**	0,06	0,9	39	0,5	43,9	21,6	106	2,5
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
	кисель	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
	всего обед:	580	19,57	19,13	96,31	713,5	0,35	4,5	87	2,15	80	164,1	291	7,35
Дополнительные блюда														
212	свекольник с курицей	300	7,4	11	8,8	165	0,1	16,2	0,2	0,2	67	25	43	1,6
	салат из брокколи	110	1,4	2,5	4,7	44,9	0,07	89,2	186,9	0,78	47	21	66	0,73
63	салат из свеклы	110	1,6	5,1	5,6	84,74	0,05	0,07	4,4	2,99	23,76	48,52	33,44	0,62
	пирожное Школьное	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
	ватрушка с повидлом	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
2042	суп гречневый с тушёнкой	280	8,16	10,12	16,9	175,23	0,1	9,23	38,2	0,4	23	87,5	20,1	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 12:06:03 UTC+10