Приложение 2.1 к контракту № 23 от 04 сентября 2023 года

"СОГЛАСОВАНО"
Директор МБОУ «Основная школа № ..»
_______________ Ю.В. Трошкова
"___" ___________ 2023г.

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор ООО «Волшебница»
_______________ Д.С. Мамулова
"___" ___________ 2023г.

МЕНЮ ШКОЛЬНОГО ЗАВТРАКА

1 неделя 2023-2024 учебный год (сентябрь-декабрь)

возраст 12 лет и старше

День	Наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетич. ценность (ккал)	Витамины (мг)		Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		B1	C	Ca	P	Mg	Fe
Понедельник	54-16к-2020	Каша "Дружба"	255	8	10,8	30,1	253,4	0,07	0,55	166	128	29	0,6
	139,Пермь,2008г.	Яйцо отварное	1\40	5,08	4,60	0,28	62,80	0,03	0,00	22,00	16,80	4,80	1,00
		Хлеб пшеничный/хлеб ржано-пшеничный	30/30	3,45	0,66	25,34	122,52	0,09	0,13	18,33	56,22	21,57	1,1
	300,Пермь,2008г	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64	-	-	3,45	2	1,5	0,25
	386, Москва, 2015г	Фрукты свежие:	100	0,8	0,8	19,6	88	0,06	20	32	22	18	4,4
		Итого:	655	17,45	16,86	87,36	575,36	0,25	20,68	241,78	225,02	74,87	7,35
Вторник	209, Пермь, 2008 г	Биточки из птицы	105	15,76	17,8	10,75	266,11	0,07	0,2	240,21	127,63	19,73	1,3
	221,Пермь,2008г.	Каша пшеничная	150	9,27	5,33	36,87	231,78	0,12	0,05	20,79	120,21	26,49	3,2
		Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	14,6	72,6	0,05	0,07	9,33	28,11	10,78	0,55
	294,Пермь,2008г	Чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62	-	2,9	8,05	9,79	5,24	4,9
		Овощи по сезону	100	0,70	0,10	1,90	11,30	0,04	17,00	87,00	30,00	29,00	0,50
		Итого:	585	28,2	23,54	79,43	643,41	0,28	20,22	365,38	315,74	91,24	10,45
Среда	141,Пермь, 2008г	Запеканка из творога с джемом	170	29,22	16,11	30,9	346,5	0,08	0,61	267,74	327,18	44,11	0,91
	287,Пермь,2008г	Кофейный напиток	200	1,4	1,6	17,35	89,32	0,01	0,12	50,46	35,49	5,25	0,08
	386,Москва,2015г	Фрукты свежие:	180	3	1	42	192	0,18	20	16	56	84	1,2
		Итого:	550	33,62	18,71	90,25	627,82	0,27	20,73	334,2	418,67	133,36	2,19
Четверг	202,265,Пермь,2008г.	Тефтели из говядины с рисом	100	15,6	17	4,2	297	0,07	1,3	17	215	30	3,2
	222,Пермь,2008г.	Каша пшенная рассыпчатая	150	2,88	5,7	46,96	219,39	0,25	0,24	46,36	243,31	63,52	5,38
		Хлеб пшеничный	40	1,96	0,4	17,92	84	0,05	0,07	9,33	28,11	10,78	0,55
	300,Пермь,2008г	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64	-	-	3,45	2	1,5	0,25
		Овощи по сезону	100	0,7	0,1	1,9	11,3	0,04	13	17	30	14	0,5
		Итого:	590	21,26	23,2	83,02	660,33	0,41	14,61	93,14	518,42	119,8	9,88
Пятница	114,Пермь,2008г.	Каша рисовая молочная	255	6,64	8,27	40,76	222,66	0,04	1,5	39,5	118,3	20,5	0,51
	366,Пермь,2008г	Сыр твердый	25	5,8	7,37	-	91	0,009	0,4	250	135	12,5	0,28
	365,Пермь,2008г	Масло сливочное 10/10	10	0,1	7,2	0,1	66	-	0,28	2,2	1,9	0,3	0,02
		Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	14,6	72,6	0,09	0,13	18,66	56,22	21,57	1,1
	294,Пермь,2008г	Чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62	-	2,9	8,05	9,79	5,24	4,9
	386,Москва,2015г	Фрукты свежие:	100	3	1	19,6	88	0,08	20	16	56	84	1,2
		Итого:	620	18,01	24,15	90,37	601,88	0,219	25,21	334,41	377,21	144,11	8,01
		Итого за 5 дней	3000	118,54	106,46	430,43	3108,8	1,429	101,45	1368,91	1855,06	563,38	37,88
		Среднее значение за 5 дней	600	23,708	21,292	86,086	621,76	0,2858	20,29	273,782	371,012	112,676	7,576