

Приложение 2.2 к контракту № 25 от 04 сентября 2023 года

И.С. Мамухова  
2023г.

**МЕНЮ ШКОЛЬНОГО ЗАВТРАКА**

возраст 12 лет и старше

Минеральные вещества (мг)

День	Наименование блюда			Пищевые вещества (г)			Энергетич. ценность			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
	Масса порции	Б	Ж	У	г	г	г	ккал	Углестьч.	Б	С	Ca	P	Mg	Fe	
Понедельник	109 Пермь, 2008г.	255	7,96	14,67	31,75	292,23	0,18	0,46	191,04	235,15	46,85	2,96	0,6	25	0,55	
	Термусея	40	7,6	7,8	-	96	0,04	0,2	312	108	108	25	0,6	25	0,55	
	Каша молочная овсяная из	255	7,96	14,67	31,75	292,23	0,18	0,46	191,04	235,15	46,85	2,96	0,6	25	0,55	
	Хлеб пшеничный	40	1,96	0,4	17,92	84	0,05	0,07	9,33	28,11	10,79	1,5	0,25	4,4	0,25	
	Хлеб пшеничный	200	0,12	-	12,04	48,64	-	-	3,45	2	18	18	4,4	0,25	4,4	
	Чай с сахаром	100	0,8	0,8	19,6	88	0,06	0,20	32	22	18	18	4,4	0,25	4,4	
	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64	-	-	3,45	2	18	18	4,4	0,25	4,4	
	Фрукты свежие	635	18,44	23,67	81,31	608,87	0,33	20,73	547,82	395,26	102,14	8,76	1,5	1,5	1,5	
	Итого:															
	54-29м-2020	Фрикадельки из говядины	100/5	13,7	12,2	6,75	191,2	0,04	0	157	110	15	15	1,5	1,5	1,5
Вторник	19 Пермь 2008г	150	8,73	5,43	45	263,81	0,21	0,2	38,64	202,8	52,94	4,5	1,1	1,1	1,1	
	Каша гречневая рассычатая	150	8,73	5,43	45	263,81	0,21	0,2	38,64	202,8	52,94	4,5	1,1	1,1	1,1	
	Хлеб пшеничный/хлеб ржано-пшеничный	30/30	3,45	0,66	25,34	122,52	0,09	0,13	18,66	56,22	21,57	4,5	1,1	1,1	1,1	
	Чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62	-	2,9	8,05	9,79	5,24	0,9	0,9	0,5	0,5	
	Чай с лимоном	100	0,7	0,1	1,3	0,04	7	97	30	14	14	0,5	0,5	0,5	0,5	
	Овощи по сезону	246 Пермь, 2008г	100	0,7	0,1	11,3	10,62	0,04	7	97	30	14	0,5	0,5	0,5	0,5
	Итого:															
	154 Пермь, 2008г.	Запеканка из творога с медом	170	23,12	14,24	44,67	334,32	0,14	0,68	143	130	34	1,09	0,33	0,33	0,33
	54-12гм-2020г.	Какао	200	4,6	3,6	12,6	100,4	0,04	0,08	20	16	56	84	1,2	1,2	1,2
	386, Москва, 2015г	Фрукты свежие:	180	3	1	42	192	0,08	20	16	56	84	1,2	1,2	1,2	1,2
Итого:																
Среда	54-12гм-2020г.	Какао	200	4,6	3,6	12,6	100,4	0,04	0,08	20	16	56	84	1,2	1,2	1,2
	154 Пермь, 2008г.	Запеканка из творога с медом	170	23,12	14,24	44,67	334,32	0,14	0,68	143	130	34	1,09	0,33	0,33	
	386, Москва, 2015г	Фрукты свежие:	180	3	1	42	192	0,08	20	16	56	84	1,2	1,2	1,2	1,2
	Итого:															
	318, Москва, 2015г	Птица тушенная в соусе	130	19,1	17,2	5,6	254	0,34	0,54	51,3	148,6	23,1	1,61	1,61	1,61	1,61
	227 Пермь, 2008г.	Макаронные отварные	150	6,6	6,35	42,39	253,31	0,09	0,05	72,28	56,57	20,83	1,1	1,1	1,1	1,1
	Хлеб пшеничный/хлеб ржано-пшеничный	30/30	3,45	0,66	25,34	122,52	0,09	0,13	18,66	56,22	21,57	4,5	1,1	1,1	1,1	1,1
	Чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62	-	2,9	8,05	9,79	5,24	0,9	0,9	0,5	0,5	0,5
	Чай с лимоном	100	0,7	0,1	1,3	0,04	7	97	30	14	14	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5
	Итого:															
Четверг	246 Пермь, 2008г	Овощи по сезону	640	29,92	24,32	90,54	702,75	0,56	10,62	247,29	301,18	84,74	9,21	2,02	2,02	2,02
	164 Пермь, 2008г.	Рыба запеченная	105	19,41	16,69	4,99	248,46	0,14	0,76	46,6	307,39	54,27	2,02	2,02	2,02	2,02
	241 Пермь, 2008г	Карфельное пюре	150	3,8	7,3	28,1	192,5	0,01	10,14	18,6	56,2	21,4	1,1	1,1	1,1	1,1
	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	0,02	0,02	0,02
	Хлеб пшеничный/хлеб ржано-пшеничный	30/30	3,45	0,66	25,34	122,52	0,09	0,13	18,66	56,22	21,57	4,5	1,1	1,1	1,1	1,1
	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64	-	-	3,45	2	18	18	4,4	0,25	4,4	0,25
	Чай с сахаром	100	0,5	0,5	21	96	0,03	0,27	21,31	250,6	43,471	108,04	6,69	6,69	6,69	
	Итого:															
	386, Москва, 2015г	Фрукты свежие:	625	28,38	32,35	91,57	774,12	0,27	21,31	250,6	43,471	108,04	6,69	6,69	6,69	6,69
	Итого за 5 дней		3065	134,11	117,58	456,99	3362,91	1,8	86,97	1572,84	1859,38	541,3	35,78	35,78	35,78	35,78
Среднее значение за 5 дней		613	26,822	23,516	91,398	672,582	0,36	17,394	314,568	371,876	108,26	7,156	7,156	7,156	7,156	



2 сентября 2023 года (сентябрь-декабрь)