

"СОГЛАСОВАНО"  
Директор МБОУ "Основная школа № 11"  
Ю.В. Тринков  
2024г.



1 неделя 2023-2024 учебный год

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ  
ИННОВАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЦЕНТР  
ОТДЕЛ ДОКУМЕНТАЦИИ  
10801098/01/п.л.ст. 7-11 лет

ПРИЛОЖЕНИЕ № 2.1 к контракту № 1 от 15 января 2024 года

День	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетич. ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	Са	Р	Мг	Fe		
Понедельник	54-16с-2020	Каша "Дружба"	200	6	9,8	24,1	168,9	0,07	0,53	136	124	27	0,53	
	139,Пермь,2008г.	Яйцо отварное	140	5,08	4,60	0,28	62,80	0,03	0,00	22,00	16,80	4,80	1,00	
		Хлеб пшеничный/хлеб ржанопшеничный	30/30	3,45	0,66	25,34	122,52	0,09	0,13	18,33	56,22	21,57	1,1	
		Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64	-	-	3,45	2	1,5	0,25	
	386,Москва,2015г	Фрукты свежие:	100	0,80	0,80	19,60	88,00	0,06	20,00	32,00	22,00	18,00	4,40	
Итого:			600	15,45	15,86	81,36	490,86	0,25	20,66	211,78	221,02	72,87	7,28	
Вторник	209, Пермь, 2008 г	Биточки из пшпы	95	14,21	16,06	9,7	240,06	0,06	0,18	36,22	114,98	17,77	1,02	
	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	
	294,Пермь,2008г	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	14,6	72,6	0,05	0,07	9,33	28,11	10,78	0,55	
		Чай с лимоном	200	0,12	-	12,04	48,64	-	2,83	3,45	2,00	1,5	0,25	
	Овоши по сезону	60	0,72	0,09	2,97	12,60	0,018	9,00	22,50	18,00	9,00	1,08		
Итого:			535	26,72	21,78	76,18	605,68	0,248	12,13	92,29	283,3	65,54	6,1	
Среда	141,Пермь, 2008г	Запеканка из творога с джемом	150	25,8	10,7	25,7	257,4	0,07	0,54	232,8	284,5	38,36	0,79	
	287,Пермь,2008г	Кофейный напиток	200	1,4	4,6	17,35	89,32	0,11	0,12	50,46	35,49	5,25	0,08	
	386,Москва,2015г	Фрукты свежие:	180	3	1	42	192	0,08	20	16	56	84	1,2	
	Итого:			530	30,2	16,3	85,05	538,72	0,26	20,66	299,26	375,99	127,61	2,07
	202,265,Пермь,2008г.	Тфетсли из говядины с рисом	100	20,6	22	4,2	297	0,07	1,3	17	215	30	3,2	
Четверг	222,Пермь,2008г.	Каша пшениная рассыпчатая	150	6,57	6,42	39,14	241,16	0,21	0,2	38,64	202,76	52,94	4,49	
	300,Пермь,2008г	Хлеб пшеничный/хлеб ржанопшеничный	30/30	3,45	0,66	25,34	122,52	0,09	0,13	18,66	56,22	21,57	1,1	
		Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64	-	-	3,45	2	1,5	0,25	
		Овоши по сезону	60	0,48	0,06	1,38	7,8	0,15	23,77	164,67	145,54	100,8	3,36	
	Итого:			570	31,22	29,14	82,1	717,12	0,52	25,4	242,42	621,52	206,81	12,4
Пятница	114,Пермь,2008г.	Каша рисован молочная	205	5,17	4,2	32,66	171,13	0,03	1,21	31,67	94,67	16,4	0,41	
	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	
	294,Пермь,2008г	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	14,6	72,6	0,09	0,13	18,66	56,22	21,57	1,1	
		Чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62	-	2,9	8,05	9,79	5,24	0,9	
386,Москва,2015г	Фрукты свежие:	100	3	0	19,6	88	0,08	20	16	56	84	1,2		
Итого:			570	16,54	19,08	82,27	550,35	0,209	24,92	326,58	353,58	140,01	3,91	
Итого за 5 дней			2805	120,13	102,16	406,96	2902,73	1,487	103,77	1172,33	1855,41	612,84	31,76	
Среднее значение за 5 дней			561	24,026	20,432	81,392	580,546	0,2974	20,754	234,466	371,082	122,568	6,352	