

"СОГЛАСОВАНО"  
 Директор МБОУ «Основная школа №11»  
 Ю.В. Трипкош  
 2024г.



Д.С. Мамухова  
 2024г.

Приложение № 2.2 к контракту № 2 от 15 января 2024 года

2 недели 2023-2024 учебный год (сентябрь-декабрь) возраст 12 лет и старше

День	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетич. ценность (ккал)	Витаминные (мг)							Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	Са	Р	Мг	Fe	Ca	Р	Мг	Fe		
Понедельник	109 Пермь, 2008г.	Каша молочная овсяная из Геркулеса	255	7,96	14,67	31,75	292,23	0,18	0,46	191,04	235,15	46,85	2,96					
	366,Пермь,2008г	Сырдылгетский	40	7,6	7,8	-	96	0,04	0,2	312	108	25	0,6					
	300,Пермь,2008г	Хлеб пшеничный	40	1,96	0,4	17,92	84	0,05	0,07	9,33	28,11	10,79	0,55					
	386,Москва,2015г	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64	-	-	3,45	2	1,5	0,25					
		Итого:	100	0,8	0,8	19,6	88	0,06	20	32	22	18	4,4					
	54-29м-2020	Фрикадельки из говядины	635	18,44	23,67	81,31	608,87	0,33	20,73	547,82	395,26	102,14	8,76					
	219 Пермь, 2008г	Каша гречневая рассыпчатая	100/5	13,7	12,2	6,75	191,2	0,04	0	157	110	15	1,5					
Вторник	294,Пермь,2008г	Хлеб пшеничный/хлеб ржано-пшеничный	150	8,73	5,43	45	263,81	0,21	0,2	38,64	202,8	52,94	4,5					
	246,Пермь,2008г	Чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62	-	2,9	8,05	9,79	5,24	0,9					
	154,Пермь,2008г.	Запеканка из творога с медом	30/30	3,45	0,66	25,34	122,52	0,09	0,13	18,66	56,22	21,57	1,1					
	54-12гн.-2020г.	Какао	200	4,6	3,6	12,6	100,4	0,04	0,68	143	130	34	1,09					
	386,Москва,2015г	Фрукты свежие:	180	3	1	42	192	0,08	20	16	56	84	1,2					
		Итого:	550	30,72	18,84	99,27	626,72	0,26	24,08	287,78	319,42	137,63	2,62					
Среда	318,Москва,2015г	Птица тушеная в соусе	130	19,1	17,2	5,6	254	0,34	0,54	51,3	148,6	23,1	1,61					
	227,Пермь,2008г.	Макаронны отварные	150	6,6	6,35	42,39	253,31	0,09	0,05	72,28	56,57	20,83	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	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					
Четверг	246,Пермь,2008г	Овоши по сезону	100	0,7	0,1	1,9	11,3	0,04	7	97	30	14	0,5					
		Итого:	640	29,92	24,32	90,54	702,75	0,56	10,62	247,29	301,18	84,74	9,21					
	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					
	241,Пермь,2008г	Картофельное пюре	150	3,8	7,3	28,1	192,5	0,01	10,14	18,6	56,2	21,4	1,1					
Пятница	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/хлеб ржано-пшеничный	30/30	3,45	0,66	25,34	122,52	0,09	0,13	18,66	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	1,5	0,5	21	96	0,03	10	161,09	11	9	2,2					
		Итого:	625	28,38	32,35	91,57	774,12	0,27	21,31	250,6	434,71	108,04	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					
		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					