

Автономная некоммерческая организация «Стандарты социального питания»

МЕНЮ ГОРЯЧИХ ЗАВТРАКОВ

ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ

12 ЛЕТ И СТАРШЕ с ОВЗ и Инвалидов

с 01.03.2022г. по 30.05.2022г.

двенадцатидневное

(сезон - весна)

2022 г.

Наименование	Единица измерения	Пищевые вещества, г																Минеральные вещества, мг															
		ЭЦ, ккал	Б, г	Ж, г	У, г	А, мг	В1, мг	В2, мг	С, мг	К, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	I, мг	Se, мг	F, мг	D, мкг															
639) Папикот из пшенички	200	60	0,96	0,00	23,36	0,0	0,01	0,01	0,6	17,43	69,8	9	23,1	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00															
Хлеб пшеничный	40	109,48	3,496	0,398	22,356	0,00	0,051	0,01	0,00	4,278	9,2	6,44	29,9	0,1	0,01	0,01	0,00	0,00															
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом	24	48	1,63	0,31	9,55	0,00	0,04	0,02	0,00	28,32	11,28	9,96	37,68	0,94	0,00	0,00	0,04	0,00															
TK(2) Кондитерское изделие (печенье) "Ромашка"	35	207	5,08	34,28	45,95	0,98	0,706	0,441	0,00	97,0588	255,682	7,6	94,18	0,2	0,00	0,00	0,03	0,00															
Итого	689,00	732,60	26,38	19,94	98,66	0,33	0,46	0,34	48,76	1293,93	168,01	105,56	384,25	3,16	9,83	733,03	0,10	0,00															
День 8																																	
182) Каша рисовая молочная жидкая 200/5	205	186,23	4,58	7,58	25,24	0,08	0,06	0,17	1,3	171,81	122,64	29,52	128,45	0,35	7,5	1,000	0,00	0,00															
7) Чай с сахаром	200	34,11	0,2	0,05	0,02	0,00	0,00	0,01	0,1	25,07	5,13	4,4	8,24	0,85	0,00	0,00	0,00	0,00															
96) Масло сливочное (подливки) 10	10	74,8	0,05	0,25	0,08	0,001	0,00	0,01	0,00	0,15	1,2	0,04	1,9	0,1	0,00	0,00	0,00	0,00															
97) Сыр (твердый) 20	20	4,64	5,9	5,9	0,00	52	0,01	0,06	0,14	23,2	17,6	7	100	0,2	0,00	800	0,00	0,00															
Хлеб пшеничный	30	109,48	3,496	0,398	22,356	0,00	0,051	0,01	0,00	4,278	9,2	6,44	29,9	0,1	0,01	0,01	0,00	0,00															
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом	24	48,24	1,63	0,31	13,18	0,00	0,04	0,02	0,00	28,32	11,28	9,96	37,68	0,94	0,00	0,00	0,04	0,00															
385) Молоко 3,2% 1/200	200	116	5,6	6,4	9,4	0,08	0,3	0,06	2,6	0	0	240	0	0	0	0	0,00	0,00															
Итого	699,00	641,86	20,29	28,96	79,28	52,16	0,46	0,34	4,44	252,83	328,46	294,38	306,17	2,52	7,51	1800,01	0,10	0,00															
День 9																																	
366) Панкекка из творога с соусом шоколадным 160/30	190	571,49	25,4	34,93	38,07	14,71	0,12	0,56	0,95	318,28	286,5	59,28	411,59	1,91	3,42	1,123,28	0,00	0,00															
7) Чай с сахаром	200	34,11	0,2	0,05	0,02	0,00	0,00	0,01	0,1	25,07	5,13	4,4	8,24	0,85	0,00	0,00	0,00	0,00															
Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	21,33	0,00	0,04	0,01	0,00	3,72	8	5,6	28	0,1	0,00	0,00	0,05	0,00															
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом	24	48,24	1,63	0,31	13,18	0,00	0,04	0,02	0,00	28,32	11,28	9,96	37,68	0,94	0,00	0,00	0,04	0,00															
338) Фрукты свежие (яблоки)	140	51,75	0,48	0,48	11,27	0,035	0,035	0,023	18,975	319,7	18,4	10,36	12,65	2,53	2,3	172,5	0,00	0,00															
Итого	694,00	800,79	30,73	36,97	92,87	14,76	0,24	0,62	20,03	695,07	339,31	89,62	495,16	6,33	5,72	1295,79	0,09	0,00															
День 10																																	
43) Консервы овощные замороженные (помидоры)	70	8	0,32	0,04	0,64	0,01	0,01	0,01	2	58,4	9,2	5,6	9,6	0,24	0,8	80	0,00	0,00															
437) Улитки из говядины 60/60	120	221	14,55	14,62	3,59	0,001	0,06	0,13	2,44	492,1	6,12	3,59	10,94	0,1	0,01	0,01	2,50	0,00															
520) Пюре картофельное	180	186	3,87	6,68	28,42	0,1	0,2	0,15	31,15	915,18	52,24	39,45	115,57	1,44	9,59	892,73	0,00	0,00															
630) Комок из свежемороженых ягод	200	68	0,08	16,43	68	0,01	0,01	40	0	0	7,5	6,8	6,2	0,31	70,45	0,01	0,00	0,02															
Хлеб пшеничный	34	83,2	2,86	0,28	17,01	0,00	0,04	0,01	0,00	32,55	7	4,9	22,75	0,39	1,05	420	0,00	0,00															
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный йодом	24	48	1,63	0,31	13,18	0,00	0,04	0,02	0,00	28,32	11,28	11,76	37,68	0,94	0,00	0,00	0,04	0,00															
Итого	628,00	612,30	23,11	38,36	128,84	0,12	0,26	40,32	35,99	1524,65	93,34	71,90	202,64	3,42	81,99	1192,75	2,54	0,02															

УТВЕРЖДАЮ
 Директор Автономной некоммерческой организации
 "Стандарты социальной питания"
 2022г. _____



СОГЛАСОВАНО
 Директор МОБУ СОШ _____

2022г. _____