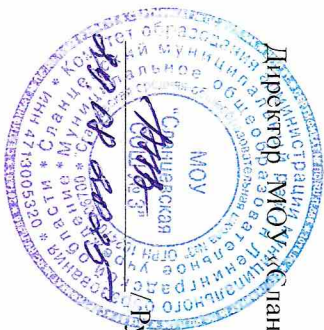


СОГЛАСОВАНО:

Директор МОУ «С. Панцевской СОШ № 3»



Русских И.В.//

Утверждено:

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ

Смирнов Иван Андреевич

ИНН 470206357698

ОГРН315470200002329

Св-во 47 №003215693 от 24.09.2015г

187540 Ленинградская область, г. Волхов

Ул. Борисогорское Поле д. 14 кв. 64



Индивидуальный предприниматель Смирнов Иван Андреевич

ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЕ /десятидневное/ МЕНЮ и ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ

для обучающихся льготных категорий с 5 по 8 класс

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: от 11 и старше

[illegible]

[illegible]

№ Рецептуры	Наименование Блюда	Масса нормы	пищевые вещества (мг)					Энергет ическая	Витаминны (мг)			Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У	В1	С		А	Е	Са	Р	Mg	Fe					
															3	4	5	6	7
3 день-/среда/ ЗАВТРАК																			
С6.2017-№173	Каша молоч.вязкая из пшен.с маслом	250/5	8,00	8,32	39,80	307,24	0,20		25,00	3,12	44,20	134,60	47,00	2,70					
С6.2017-№382	Какао с молоком	180	3,40	0,60	23,40	142,50	0,02	0,30		0,40	120,00	127,17	14,00	0,02					
С6.2017-№1	Хлеб белый	30	1,68	0,33	14,83	68,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,68					

№ Рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	пищевые вещества (мг)					Энергетическая	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	6	В1		С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14		
4 день-/четверг/																
ЗАВТРАК																
СБ.2017г.№173	Каша молоч.вязкая из греч.и ячнев.с/м	250,5	8,80	12,70	38,60	373,16	0,16	2,12	66,00	1,70	132,20	232,40	69,20	1,90		
СБ.2017г.№376	Чай с сахаром	200/15	0,53		9,47	40,00		0,27			13,60	22,13	11,73	0,13		
СБ.2017г.№1	Хлеб белый	30	1,68	0,33	14,83	68,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,68		
СБ.2017г.№338	Мандарин	110	0,66	0,15	6,09	35,96	0,07	30,95	8,14	0,15	28,53	13,86	8,95	0,07		
	ИТОГО	610	11,67	13,18	68,99	518,09	0,27	33,34	74,14	2,12	181,23	300,19	97,38	2,78		
ОБЕД																
СБ.2017г.№96	Рассол. Ленинградский со сметаной	250/5	3,15	3,00	20,20	146,80	0,08	15,12	5,00	0,80	50,20	234,80	32,20	1,24		
СБ.2017г.№259	Жаркое по-домашнему	200	22,06	33,71	18,95	383,00	0,42	7,73		1,96	32,78	210,76	44,16	3,45		
СБ.2017г.№342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,60	0,02	0,90		0,22	14,18	5,14	4,40	6,03		
СБ.2017г.№1	Хлеб черныи	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44		
СБ.2017г.№1	Хлеб белый	35	1,96	0,39	17,29	80,47	0,04			0,32	8,05	37,10	8,75	0,80		
	ИТОГО	730	30,49	37,66	103,64	818,39	0,60	23,75	5,00	3,82	114,41	522,60	102,71	11,96		
	ВСЕГО	1340	42,16	50,84	172,63	1336,48	0,87	57,09	79,14	5,94	295,64	822,79	200,09	14,74		

[illegible]

№ Рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	пищевые вещества (мг)					Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У	6	В1		С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14				
6 день-/понедельник/																		
ЗАВТРАК																		
Сб.2017г№174	Каша молоч.вязкая геркулес.с маслом	250/5	7,10	8,12	39,60	335,30	0,25	2,40	55,00	1,10	238,40	322,60	83,20	2,15				
Сб.2017г№360	Кисель из повидла	200	0,10		29,06	114,00	0,02	0,12		0,24	14,00	7,56	3,40	0,32				
Сб.2017г№1	Хлеб белый	30	1,68	0,33	14,83	68,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,68				
	</																	

№ Рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	пищевые вещества (г)					Энергетическая	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У	В1	С		А	Е	Са	Р	Mg	Fe					
															2	3	4	5	6
	1 день-вторник/ ЗАВТРАК																		
Сб.2017 №181	Каша мол.жидкая манная с маслом	250/10	20,20	20,30	40,30	409,10	0,05	0,48	43,25	0,13	175,43	145,14	22,56	0,34					
Сб.2017 №376	Чай с сахаром	200/15	0,53		9,47	40,00		0,27			13,60	22,13	11,73	0,13					
Сб.2017 №1	Хлеб белый	30	1,68	0,33	14,83	68,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,68					
	</																		

[illegible]

№ Рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (мг)					Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У	6	В1		С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
																2	3	4
	9 день-середы/ЗАВТРАК																	
С6.2017г№173	Каша молоч.вязкая из греч.и ячнев.с/м	200/5	8,49	11,99	37,90	304,12	0,15	2,08	64,00	1,64	129,00	223,30	66,60	1,82				
С6.2017г№382	Какао с молоком	180	3,40	0,60	23,40	142,50	0,02	0,30		0,40	120,00	127,17	14,00	0,02				
С6.2017г№1	Хлеб белый	30	1,68	0,33	14,83	68,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,68				
С6.2017г№338	Йогурт *	90	0,30	0,30	7,74	37,20		7,92	3,96	0,45	12,66	8,70	6,36	1,93				
	ИТОГО	505	13,87	13,22	83,87	552,79	0,21	10,30	67,96	2,76	0,00	0,00	0,00	4,45				
	ОБЕД																	
С6.2017г№103	Суп картоф.с макарон.изделиями	250	4,88	3,58	19,20	173,00	0,10	8,25		0,90	29,20	67,58	27,28	1,13				
С6.2017г№287	Голубцы с мясом,рисом/ленивые/сметаной	200	12,18	15,42	35,88	287,84	0,08	17,15	35,06	2,24	66,38	157,37	40,36	1,42				
С6.2017г№349	Компот смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,08	152,80	0,02	0,73		0,22	32,48	23,44	17,46	0,70				
С6.2017г№1	Хлеб черныи	40	3,16	0,40	19,32	93,52	0,04			0,52	9,20	34,80	13,20	0,44				
С6.2017г№1	Хлеб белый	30	1,68	0,33	14,83	68,97	0,04			0,27	6,90	31,80	7,50	0,68				
	ИТОГО	720	22,56	19,82	121,31	776,13	0,28	26,13	35,06	4,15	144,16	314,99	105,80	4,37				
	ВСЕГО	1225	36,43	33,04	205,18	1328,92	0,49	36,43	103,02	6,91	144,16	314,99	105,80	8,82				

