

СОГЛАСОВАНО:

Директор МОУ «Сланцевской СОШ № 3»



Сских И.В.

Утверждено:

Индивидуальный предприниматель

Смирнов Иван Андреевич

ИНН 4702063557698

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 / двенадцатидневное/МЕНЮ и ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ

для обучающихся льготных категорий с 9-11 класс

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: с 12 лет и старше

[illegible]

[illegible]

№ Рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	пищевые вещества (кг)					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			
3 день-середа/ЗАВТРАК																	
СБ.2017Г-№173	Каша молоч.вязкая из пшен.с маслом	200/5	7,35	7,90	38,33	263,22	0,19		25,00	2,95	42,20	132,50	45,00	2,58			
СБ.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			
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			
					</												

№ Репечуры	Наименование биологического сырья	Масса порции	Пищевые вещества (кг)					Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У	иная	В1		С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14				
	4 день-четверг/ЗАВТРАК																	
Сб.2017г\№174	Каша молоч.вязкая из риса с маслом	200/5	8,95	10,85	40,20	296,14	0,06	0,96	34,80	1,72	129,47	155,94	36,46	0,60				
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	Йогурт	100	0,33	0,33	8,60	41,33		8,80	4,40	0,50	14,07	9,67	7,07	1,93				

[illegible]

№ Рецептуры	Наименование Блюда	Масса порции	пищевые вещества (кг)					Энергетическая	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У	и	е		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14			
	6 день-/суббота/завтрак																
СБ.2017 №401	Оладьи со сгущенным молоком	150/15	12,96	12,48	40,26	454,00	0,27	0,75	14,60	3,20	188,98	231,00	55,96	2,14			
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 №338	Яблоко	100	0,33	0,33	8,60	41,33		8,80	4,40	0,50	14,07	9,67	7,07	1,93			

№ 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
1																		
7 день-/понедельник/																		
ЗАВТРАК																		
С6.2017/ТН№174	Каша молоч.вязкая геркулес.с маслом	200/5	6,15	7,60	37,02	271,10	0,22	2,08	52,00	0,91	222,80	316,90	79,60	2,10				
С6.2017/ТН№379	Кофейный напиток в молокем	180	2,86	2,41	14,36	90,54	0,04	1,17	18,00	0,36	113,20	81,00	12,60	0,12				
С6.2017/ТН№1	Хлеб белый	20	1,12	0,22	9,89	45,98	0,03			0,18	4,60	21,20	5,00	0,45				
С6.2017/ТН№338	Йогурт *	100	0,33	0,33	8,60	41,33		8,80	4,40	0,50	14,07	9,67	7,07	1,93				

№ Репетитур	Наименование блюда	Масса порции	питательные 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				
8 день-/вторник/ЗАВТРАК																		
С6.2017г\№173	Каша мол. вязкая "Дружба" с маслом	200/5	7,90	8,20	33,60	314,70	0,20		25,00	2,84	40,60	133,80	45,00	2,45				
С6.2017г\№376	Чай с сахаром	200/15	0,53		9,47	40,00		0,27			13,60	22,13	11,73	0,13				
С6.2017г\№1	Хлеб белый	40	2,24	0,45	19,76	91,97	0,05			0,37	9,20	42,40	10,00	0,91				

[illegible]

Наименование блюда	Масса порции 2	пищевые вещества (кг)			Энергетическая	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)					
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14		
10 день/четверг/														
ЗАВТРАК														
С6.2017 №181	Каша мол.жидкая манная с маслом	200/10	6,11	10,72	32,38	315,00	0,08	1,17	58,00	0,18	133,77	118,19	20,30	0,47
С6.2017 №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
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
	ИТОГО	440	7,89	11,05	76,27	497,97	0,14	1,29	58,00	0,69	154,67	157,55	31,20	1,47
ОБЕД														
С6.2015 №111	Борщ Сибирский со сметаной	250/5	5,12	7,44	16,80	196,20	0,04	8,20	5,00	2,00	60,20	124,80	38,40	1,95
С6.2004 №438	Азу	200	13,35	15,40	34,55	352,20	0,05	0,56	25,30	0,12	50,37	187,38	29,72	1,33
	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	19,80	86,60	0,02	4,00			14,00	14,00	8,00	2,80
С6.2017 №1	Хлеб черныи	30	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03			0,39	6,90	26,10	9,90	0,33
С6.2017 №1	Хлеб белый	20	1,12	0,22	9,89	45,98	0,03			0,18	4,60	21,20	5,00	0,45
	ИТОГО	705	22,96	23,56	95,53	751,12	0,17	12,76	30,30	2,69	136,07	373,48	91,02	6,86
ПОЛДНИК														
	ИТОГО		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ВСЕГО	1145	30,85	34,61	171,80	1249,09	0,31	14,05	88,30	3,38	290,74	531,03	122,22	8,33

	Наименование блюда	Масса порции	пищевые вещества (кг)					Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У	Н	К		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
																	3	4	5
11 день-пятница/																			
	Завтрак																		
Сб.2017г№173	Каша молоч.вязкая из пшен.с маслом	200/5	7,35	7,90	38,33	263,22	0,19		25,00	2,95	42,20	132,50	45,00	2,58					
Сб.2017г№379	Кофейный напиток в молоком	180	2,86	2,41	14,36	90,54	0,04	1,17	18,00	0,36	113,20	81,00	12,60	0,12					
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	Йогурт *	100	0,33	0,33	8,60	41,33		8,80	4,40	0,50	14,07	9,67	7,07	1,93					
	ИТОГО	515	12,22	10,97	76,12	464,06	0,27	9,97	47,40	4,08	176,37	254,97	72,17	5,31					
	ОБЕД																		
Сб.2017г№103	Суп картофель.с макарон.изд-ми	250	2,69	2,84	17,46	187,30	0,11	0,08		0,60	29,20	67,58	27,28	1,13					
Сб.2017г№280,330	Тефтели мясные соус сметанный	90/40	9,25	10,34	12,11	178,45	0,06	0,85	40,10	1,46	33,03	104,44	21,66	1,03					
Сб.2017г№304	Рис отварной	180	4,40	6,50	44,00	252,13	0,04		32,40	0,72	3,13	73,80	22,81	0,64					
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 черный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03			0,39	6,90	26,10	9,90	0,33					
Сб.2017г№1	Хлеб белый	20	1,12	0,22	9,89	45,98	0,03			0,18	4,60	21,20	5,00	0,45					
	ИТОГО	825	20,36	20,20	107,42	774,00	0,27	1,20	72,50	3,35	90,46	315,25	98,38	3,71					
	ПОЛДНИК																		
	ИТОГО		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
	ВСЕГО	1340	32,58	31,17	183,54	1238,06	0,54	11,17	119,90	7,43	266,83	570,22	170,55	9,02					

