

Утверждаю

Согласовано

Директор ООО "Комфорт"

Поматилев С.С.



Директор МАОУ СОШ № 64

Теймурова Л.В.



Примерное 2-х разовое меню для детей с исключением молока и молочных продуктов на 10 дней для общеобразовательных учреждений Ленинского района в 2022-2023 году

(возрастная группа с 12 лет и старше)

Период действия меню: с 9.01.2023 по 31.12.2023

Пятница, вторая неделя

Завтрак

4/57 (2018 № 1/6)	Яйцо отварное	50	6,35	6,35	5,75	0,00	0,35	78,48	27,50	6,00	96,00	1,25	125,00	130,00	0,30	0,04	0,00
2/73 (МР 2.4.0162-19 № 54-29к-2020)	Каша вязкая овсяная на воде с растительным маслом	250	7,53	0,00	16,04	16,04	43,65	344,61	36,10	76,86	191,75	2,23	0,00	0,00	6,50	0,24	0,00
12/1	Соус из черники	40	0,23	0,00	0,13	0,00	10,96	43,57	4,02	1,22	3,45	0,17	0,00	0,00	0,30	0,00	0,86
11/56 (2004 № 685)	Чай с сахаром	200	0,18	0,00	0,04	0,05	13,75	53,14	0,40	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
-	Батон пшеничный витаминизированный	20	1,54	0,00	0,60	0,60	10,66	53,90	4,40	6,60	17,00	0,40	0,00	0,00	0,34	0,03	0,00
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0,00	0,24	0,24	8,34	38,68	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	0,20	0,28	0,04	0,00
Итого за 'Завтрак'			17,15	6,35	22,79	16,93	87,70	612,37	79,41	100,07	339,80	4,87	125,00	130,20	7,72	0,34	0,86

Обед

7/53 (2018 № 21/1)	Салат из свежих огурцов и томатов с растительным маслом	100	0,88	0,00	6,01	6,01	4,01	72,15	18,85	15,77	31,81	0,71	0,00	67,21	3,02	0,04	16,12
6/57 (2004 № 139)	Суп картофельный с бобовыми	250	8,88	2,91	7,77	3,20	23,16	192,21	43,14	39,60	106,65	2,47	18,36	411,80	1,99	0,22	4,94
9/14	Филе куриного бедра тушенное с овощами	100	11,51	12,62	12,37	3,03	3,16	169,09	12,09	14,30	91,14	0,89	15,00	230,00	2,07	0,04	0,75
5/8	Макаронные изделия отварные с растительным маслом	180	6,73	0,00	7,29	7,29	42,44	261,71	14,60	9,49	51,31	0,96	0,00	0,00	3,98	0,08	0,00
11/15	Кисель витаминизированный "Витошка"	200	0,00	0,00	0,00	0,00	38,02	144,49	0,00	0,00	0,00	0,00	240,00	0,00	0,00	0,51	16,00
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,32	0,00	0,13	0,13	9,38	44,78	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0,00	0,24	0,24	8,34	38,68	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	0,20	0,28	0,04	0,00
Итого за 'Обед'			30,65	15,54	33,81	19,90	128,52	923,11	95,67	88,57	312,51	5,80	273,36	709,21	11,32	0,93	37,81
Итого за день			47,80	21,89	56,60	36,83	216,22	1535,49	175,08	188,64	652,31	10,67	398,36	839,41	19,04	1,28	38,67
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			90,00	0,00	92,00	0,00	383,00	2720,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	900,00	0,00	1,40	70,00
Выполнение, %			53,11	0,00	61,52	0,00	56,45	56,45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	93,27	0,00	91,43	55,24
Содержание, % от калорийности			13,00		34,00		53,00										
Соотношение Б:Ж:У			1:1,2:4,2														
Соотношение Са:Р			1:3,7														
Итого за период			495,77	216,10	551,71	363,30	2073,46	14903,07	2103,31	2073,82	6462,88	118,19	1862,06	23400,49	186,23	7,95	602,26
Среднее за период			49,58	21,61	55,17	36,33	207,35	1490,31	210,33	207,38	646,29	11,82	186,21	2340,05	18,62	0,80	60,23
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			90,00	0,00	92,00	0,00	383,00	2720,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	900,00	0,00	1,40	70,00
Выполнение, %			55,09	0,00	59,97	0,00	54,14	54,79	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	260,01	0,00	56,79	86,04
Содержание, % от калорийности			13,31		33,32		52,80										

* Блюда (изделия) изготовлены с использованием йодированной соли

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 498303153163862419047617439719797899236556763106

Владелец Теймурова Любовь Владимировна

Действителен с 07.04.2023 по 06.04.2024