

Приложение №1  
к договору № 925 от «31» декабря 2015 год

Согласовано:  
Директор  
МБОУ "СОШ № 21"

*Квасова О.Ф.*  
«31» декабря 2015 года.

Согласовано:  
Индивидуальный предприниматель  
Максимов А. В.

*Максимов А. В.*  
«31» декабря 2015 года.

Меню на одного учащегося  
Одноразовое питание школьников (110 человек)  
День: первый  
Неделя: первая  
Возрастная категория: от 7 лет и старше

№ рец.	Наименование пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У		В	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe			
	Завтрак																
	Каша молочная манная	140/5/5	5,96	11,8	31,02	215,4	0,05	0,86	0,06	0	133,36	109,02	19,9	0,42			
	хлеб пшеничный	20	0,2	0,05	15,01	49,28	0,1	0	0	0	5,25	8,24	4,4	0,86			
	чай с сахаром	200	2,25	0,43	9,73	76,3	0	0	0,04	1,03	10,3	60,13	15,07	1,4			
	итого:		8,41	12,28	55,76	340,98	0,15	0,86	0,1	1,03	148,91	177,39	39,37	2,68			

День: второй  
Неделя: первая  
Возрастная категория: от 7 лет и старше

№ рец.	Наименование пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У		В	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe			
	Завтрак																
	Сосиска отварная	15	15,1	11,8	0,4	147,3	0,19	0	0	0,4	35	160,3	21,3	1,8			
	макаронные изделия с маслом	80	13,84	23,9	50,33	124,6	0,25	0	0,05	4,8	31,2	142,1	38,7	2,85			
	чай с сахаром	100	0,1	0,03	7,51	24,64	0	0,05	0	0	2,63	4,12	4,2	0,43			
	хлеб пшеничный	18	1,69	0,32	7,3	57,2	0	0	0,03	0,77	7,7	45,1	11,3	1,05			
	итого:		30,73	36,05	65,54	353,74	0,44	0,05	0,08	5,97	76,53	351,62	75,5	6,13			

День: третий  
Неделя: первая  
Возрастная категория: от 7 лет и старше

№ рец.	Наименование пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У		В	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe			
	Завтрак																
	Биточек из мяса птицы	15	12,3	12,9	43,6	136,7	0,3	1,8	0,1	2	29,4	182,2	42,7	2			
	Рис отварной с маслом	80	11,4	12,3	45,8	139,6	0,1	0,2	0,18	3	12	174,1	39	2			
	чай с сахаром	100	0,1	0,03	7,51	24,64	0	0,05	0	0	2,63	4,12	4,2	0,43			
	итого:		23,8	25,23	96,91	300,94	0,4	2,05	0,28	5	44,03	360,42	85,9	4,43			

День: четвертый  
Неделя: первая  
Возрастная категория: от 7 лет и старше

№ рец.	Наименование пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У		В	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe			
	Завтрак																
	Залепанка рисовая с творогом	80	19,1	35,2	25,73	207	1,75	0,51	0,33	2,9	207,4	562,93	37,75	1,09			
	чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	49,28	0	0,1	0	0	5,25	8,24	4,4	0,86			
	итого:		19,3	35,25	25,73	209,36	2,36	0,61	0,33	2,9	212,65	571,17	42,15	1,95			

День: пятый  
Неделя: первая  
Возрастная категория: от 7 лет и старше



Каша гречневая с соусом	111/30	7,84	4,4	34,2	197,4	0,19	0	0,02	12,02	5,25	114,1	112,2	3,8
чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	49,28	0	0,1	0	0	10,14	8,24	4,4	0,86
хлеб пшеничный	20	2,25	0,43	9,73	76,3	0	0	0,04	1,03	10,3	60,3	15,07	1,4
итого:		10,29	4,88	58,94	322,98	0,19	0,1	0,06	13,05	25,69	182,64	131,67	6,06

День: одиннадцатый

Неделя: вторая

Возрастная категория: от 7 и старше

№ рец.	Наименование пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак													
	Каша пшеничная с тыквой	136/5	8,18	12,8	42,46	219,94	0,22	1,2	0,06	0,04	129,12	197,54	53,22	1,42
	чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	49,28	0	0,1	0	0	5,25	4,4	4,4	0,86
	хлеб пшеничный	16	2,25	0,43	9,73	76,3	0	0	0,04	1,03	10,3	15,04	15,07	1,4
	итого:		10,63	13,28	67,2	345,52	0,22	1,3	0,1	1,07	144,67	216,98	72,69	3,68

День: двенадцатый

Неделя: вторая

Возрастная категория: от 7 и старше

№ рец.	Наименование пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			энергетическая ценность (ККАЛ)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак													
	Каша молоч. пшеничная	165/5	10,2	15,8	46,42	284,76	0,65	1,2	0,1	0,091	129,12	197,32	62,33	1,56
	чай с сахаром	200	0,2	0,05	15,01	49,28	0	0,1	0	0	5,25	8,24	4,4	0,86
	хлеб пшеничный	16	2,25	0,43	9,73	76,3	0	0	0,04	1,03	10,3	60,13	15,07	1,4
	итого:		12,65	16,28	71,16	410,34	0,65	1,3	0,14	1,121	144,67	265,69	81,8	3,82

Меню на одного учащегося