

ПРИЛОЖЕНИЕ №1  
к Приказу № 85 от 27.08.2020

ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ  
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: с 7 — 11 лет

| Наименование блюда               | номер по СР | выход, (гр.) | Пищевая ценность |              |              |               | Витамины и минеральные вещества |             |              |             |               |              |               |             |  |
|----------------------------------|-------------|--------------|------------------|--------------|--------------|---------------|---------------------------------|-------------|--------------|-------------|---------------|--------------|---------------|-------------|--|
|                                  |             |              | Белки            | Жиры         | Углеводы     | Ккал          | А                               | В           | С            | Е           | Са            | Мg           | Р             | Fe          |  |
| <b>ПЕРВЫЙ ДЕНЬ (понедельник)</b> |             |              |                  |              |              |               |                                 |             |              |             |               |              |               |             |  |
| <b>ЗАВТРАК</b>                   |             |              |                  |              |              |               |                                 |             |              |             |               |              |               |             |  |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИЯМИ         |             | 10.          | 0,05             | 8,25         | 0,08         | 75,00         | 0,10                            | 0,00        | 0,00         | 0,00        | 1,20          | 0,04         | 1,90          | 0,02        |  |
| КАША МОЛОЧ. ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ   | 311*        | 180/5        | 18,44            | 9,14         | 21,03        | 262,00        | 0,08                            | 0,17        | 1,18         | 0,77        | 168,08        | 12,92        | 150,04        | 2,09        |  |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ                    | 297**       | 200          | 1,60             | 1,65         | 17,36        | 86,00         | 0,02                            | 0,02        | 0,75         | 0,00        | 65,25         | 11,40        | 53,24         | 0,90        |  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                   |             | 40           | 3,04             | 0,34         | 19,44        | 96,00         | 0,00                            | 0,04        | 0,00         | 0,44        | 8,00          | 5,60         | 26,00         | 0,44        |  |
| <b>ИТОГО</b>                     |             |              | <b>23,13</b>     | <b>19,38</b> | <b>57,91</b> | <b>519,00</b> | <b>0,20</b>                     | <b>0,23</b> | <b>1,93</b>  | <b>1,21</b> | <b>242,53</b> | <b>29,96</b> | <b>231,18</b> | <b>3,45</b> |  |
| <b>ОБЕД</b>                      |             |              |                  |              |              |               |                                 |             |              |             |               |              |               |             |  |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ    | 43*         | 60           | 0,93             | 3,05         | 5,65         | 53,00         | 0,01                            | 0,01        | 9,54         | 1,38        | 25,87         | 9,86         | 17,99         | 0,33        |  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ       | 139*        | 250          | 5,89             | 4,65         | 19,98        | 147,00        | 0,06                            | 0,25        | 11,50        | 0,26        | 38,40         | 34,87        | 88,32         | 2,08        |  |
| СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ        | 413*        | 80 (50/30)   | 6,01             | 13,30        | 3,14         | 157,00        | 0,00                            | 0,01        | 0,84         | 0,68        | 23,50         | 12,10        | 106,80        | 1,11        |  |
| МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ                | 516*        | 150          | 5,32             | 4,89         | 35,52        | 211,00        | 0,05                            | 0,09        | 0,00         | 0,76        | 10,30         | 8,16         | 45,28         | 0,82        |  |
| КИСЕЛЬ                           | 648*        | 200          | 0,00             | 0,00         | 33,93        | 129,00        | 0,00                            | 0,00        | 0,00         | 0,00        | 0,68          | 0,00         | 0,00          | 0,10        |  |
| ХЛЕБ РЖАНОИ                      |             | 60           | 2,82             | 0,60         | 0,60         | 126,00        | 0,00                            | 0,04        | 0,00         | 0,78        | 14,40         | 11,40        | 52,20         | 2,24        |  |
| <b>ИТОГО</b>                     |             |              | <b>20,97</b>     | <b>26,49</b> | <b>98,82</b> | <b>823,00</b> | <b>0,12</b>                     | <b>0,40</b> | <b>21,88</b> | <b>3,86</b> | <b>113,15</b> | <b>76,39</b> | <b>310,59</b> | <b>6,68</b> |  |