

СОГЛАСОВАНО:  
Директор МБОУ СШ № \_\_\_\_\_

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

Замена к двухнедельному меню основного (организованного) горячего питания (обед, полдник)  
для льготной категории обучающихся 2 смены 1-4 классов общеобразовательных школ  
на осенний период 2023 г.  
стоимость 398-00 руб.



УТВЕРЖДАЮ:  
Директор ООО "КШП-1"  
Л.Г. Оганесова  
2023 г.

№	Наименование блюда	СРБ и КИ	Выход, г	Пищевые вещества, г			Энерг. Цен-сть, ккал	Витамины							Минеральные вещества						
				Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, рет. экв.	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мг, мг	Fe, мг	К, мг	J, мкг	Se, мкг	F, мкг	
<b>Обед № 1 заменить на Обед № 2</b>																					
1	Перец сладкий порциями	(12)	60	0,659	0,056	2,811	14	0,05	0,05	120,00	0,00	0,00	4,80	9,60	4,20	0,30	97,80	1,80	0,06	4,20	
2	Суп из овощей с фасолью, овощами свежими	144 (21)	250	2,825	3,517	11,921	91	0,09	0,06	18,87	12,02	0,06	40,64	75,53	25,24	1,16	401,64	56,40	2,04	23,76	
3	Говядина отварная (для первых блюд)	(21)	20	4,728	4,235	0,000	57	0,01	0,04	0,00	0,00	0,00	9,01	53,64	6,51	0,80	86,73	71,39	0,00	17,49	
4	Сметана	(1)	10	0,207	1,241	0,313	13	0,00	0,01	0,02	6,00	0,00	7,74	5,31	0,78	0,02	9,63	0,78	0,03	1,48	
5	Зелень укропа, петрушки свежая	(12)	3	0,063	0,014	0,181	1	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00	6,69	2,79	2,10	0,05	10,05	0,07	0,09	0,53	
6	Гуляш из куриной грудки в яблочно-томатном соусе 50/75	(0)	125	13,195	5,629	12,802	155	0,07	0,01	2,85	12,03	0,06	19,06	117,23	18,66	1,61	336,84	4,65	14,85	84,55	
7	Макаронные изделия отварные	516 (21)	150	4,483	3,696	31,295	176	0,07	0,02	0,00	12,60	0,06	20,54	82,78	23,97	0,78	98,55	88,79	0,05	10,44	
8	Сок фруктово-ягодный в ассортименте т/л	(12)	200	0,507	0,376	22,562	96	0,12	0,00	22,00	0,00	0,00	34,00	16,00	26,00	0,60	0,00	0,00	0,00	0,00	
9	Хлеб "Полезный" (из ржано-пшеничной муки)	(0)	60	2,094	0,389	22,055	100	0,17	0,03	0,00	0,00	0,00	48,00	96,00	28,80	1,50	114,00	0,00	0,00	0,00	
<b>Итого за обед:</b>				<b>878</b>	<b>28,761</b>	<b>19,153</b>	<b>103,940</b>	<b>703</b>	<b>0,58</b>	<b>0,24</b>	<b>166,74</b>	<b>42,64</b>	<b>0,17</b>	<b>190,48</b>	<b>458,88</b>	<b>136,26</b>	<b>6,82</b>	<b>1155,24</b>	<b>223,88</b>	<b>17,12</b>	<b>142,43</b>
<b>Полдник</b>																					
1	Горячий шоколад	412 (25)	200	7,885	7,952	32,830	234	0,63	1,05	22,99	302,24	4,50	242,26	191,87	24,71	0,25	277,12	11,59	3,09	33,24	
2	Булочка "Романтика" с творогом	(25)	75	7,389	10,675	28,372	239	0,06	0,12	0,07	3,05	0,26	45,65	99,95	12,30	0,82	91,91	9,38	12,31	22,49	
3	Яблоко свежее	(12)	150	0,507	0,056	14,053	59	0,04	0,03	15,00	0,00	0,00	24,00	16,50	13,50	3,30	417,00	2,64	0,39	10,56	
<b>Итого за полдник:</b>				<b>425</b>	<b>15,781</b>	<b>18,684</b>	<b>532</b>	<b>0,73</b>	<b>1,20</b>	<b>38,07</b>	<b>305,29</b>	<b>4,76</b>	<b>311,92</b>	<b>308,32</b>	<b>50,52</b>	<b>4,37</b>	<b>786,03</b>	<b>23,61</b>	<b>15,80</b>	<b>66,30</b>	
<b>Обед № 2</b>																					
1	Перец сладкий порциями	(12)	60	0,659	0,056	2,811	14	0,05	0,05	120,00	0,00	0,00	4,80	9,60	4,20	0,30	97,80	1,80	0,06	4,20	

2	Суп из овощей с фасолью, овощами свежими	144 (21)	250	2,825	3,517	11,921	91	0,09	0,06	18,87	12,02	0,06	40,64	75,53	25,24	1,16	401,64	56,40	2,04	23,76
3	Говядина отварная (для первых блюд)	(21)	30	7,092	6,353	0,000	86	0,02	0,06	0,00	0,00	0,00	13,52	80,47	9,76	1,20	130,10	107,08	0,00	26,23
4	Сметана	(1)	10	0,207	1,241	0,313	13	0,00	0,01	0,02	6,00	0,00	7,74	5,31	0,78	0,02	9,63	0,78	0,03	1,48
5	Зелень укропа, петрушки свежая	(12)	3	0,063	0,014	0,181	1	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00	6,69	2,79	2,10	0,05	10,05	0,07	0,09	0,53
6	Гуляш из свинины 60/60	437 (21)	120	10,661	20,400	3,702	241	0,34	0,10	1,17	0,02	0,00	17,91	139,38	22,65	1,58	259,25	86,55	1,55	26,69
7	Макаронные изделия отварные	516 (21)	150	4,483	3,696	31,295	176	0,07	0,02	0,00	12,60	0,06	20,54	82,78	23,97	0,78	98,55	88,79	0,05	10,44
8	Сок фруктово-ягодный в ассортименте т/л	(12)	200	0,507	0,376	22,562	96	0,12	0,00	22,00	0,00	0,00	34,00	16,00	26,00	0,60	0,00	0,00	0,00	0,00
9	Хлеб "Полезный" (из ржано-пшеничной муки)	(0)	60	2,094	0,389	22,055	100	0,17	0,03	0,00	0,00	0,00	48,00	96,00	28,80	1,50	114,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого за обед:</b>			<b>883</b>	<b>28,590</b>	<b>36,042</b>	<b>94,839</b>	<b>818</b>	<b>0,86</b>	<b>0,34</b>	<b>165,06</b>	<b>30,64</b>	<b>0,11</b>	<b>193,84</b>	<b>507,86</b>	<b>143,50</b>	<b>7,19</b>	<b>1121,02</b>	<b>341,47</b>	<b>3,82</b>	<b>93,32</b>

Экономист по ценам:

Технолог

Примечание:

- 1 - Сб.рецептур блюд и кул.изделий для ПОП. Изд. 1983 г.
- 12 - Сб.рецептур блюд и кул.изделий для ПОП 1994г
- 21 - сб.рецептур блюд и кул.изд. для ПОП при общеобр. школ 2004г.
- 25 - Технико-технологическая карта №