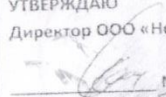


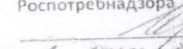
с 16.11.2020 по 22.11.2020г.

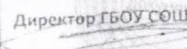
ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
(ЗАВТРАКОВ) для детей 1-4 классов на 2020-2021 г.г.

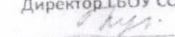
УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «Негоциант»



Максимов Е.А.
«2» сентября 2020 г.

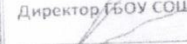


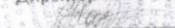
СОГЛАСОВАНО
Начальник территориального отдела Управления
Роспотребнадзора по Самарской области в г. Отрадный

Исупова Е.П.
«2» сентября 2020 г.

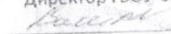
СОГЛАСОВАНО
Директор ГБОУ СОШ «ОЦ» №1 с. Кинель-Черкассы

Пупылин В.Р.

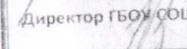
СОГЛАСОВАНО
Директор ГБОУ СОШ с. Кабановка

Кузнецова Л.А.

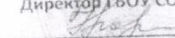
СОГЛАСОВАНО
Директор ГБОУ СОШ с. Вольная Солянка

Герасимова Т.И.


СОГЛАСОВАНО
Директор ГБОУ СОШ «ОЦ» №2 с. Кинель-Черкассы

Долудин А.Г.

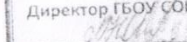
СОГЛАСОВАНО
Директор ГБОУ ООШ с. Семеновка

Харитоновна Н.В.


СОГЛАСОВАНО
Директор ГБОУ ООШ с. Муханово

Васильев Н.В.


СОГЛАСОВАНО
Директор ГБОУ СОШ «ОЦ» №3 с. Кинель-Черкассы

Зинченко Н.В.

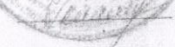
СОГЛАСОВАНО
Директор ГБОУ СОШ «ОЦ» с. Александровка

Егорова Н.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор ГБОУ СОШ с. Березняки

Савченко А.Н.

СОГЛАСОВАНО
Директор ГБОУ СОШ «ОЦ» с. Тимашево

Наумова Л.А.

СОГЛАСОВАНО
Директор ГБОУ ООШ с. Красная Горка

Антонова Л.В.

СОГЛАСОВАНО
Директор ГБОУ ООШ пос. Подгорный

Ядцикова Т.С.

СОГЛАСОВАНО
Директор ГБОУ ООШ с. Черновка

Данилова Л.А.

Согласовано
на родительском собрании
протокол №1 от 27.08.2020г.



Рацион: Осень-зима 2020-2021 г.г младшие

День: понедельник

Сезон: осень-зима-весна

Неделя: 2

Возраст: 7-11 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
41.02	Салат Школьный 1	50	1	3	5	51		7			29	31	13	1
14.04	Плов с мясом	235	12	13	34	131		2			31	186	51	2
13.001.02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50								
10.020.01	Какао с молоком	200	3	3	26	45		5	20		140	90	15	
Итого за Завтрак			19	20	76	277		14	20		200	307	79	3

ООО "Негоциант"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 7)

Рацион: Осень-зима 2020-2021 г.г младшие

День: вторник

Сезон: сентябрь-май

Неделя: 2

Возраст: 7-11лет

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
37.01	Икра кабанковая 1	60	1	3	5	53		15			16	17	10	
44	Тефтели с рисом	110	9	11	13	127		5			22	107	21	2
8.004.01	Макароны отварные 1	200	7	7	27	205			63		24	62	11	1
13.001.02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50								
10.009	Компот из плодов сухих витаминизированный (курага)	200	1		24	44		1			48	35	27	1
Итого за Завтрак			21	22	78	479		21	63		110	221	69	4

Приложение 2 к СанПиН 2.4.5.2409-08

ООО "Негоциант"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 8)

Рацион: Осень-зима 2020-2021 г.г младшие

День: среда

Сезон: сентябрь-май

Неделя: 2

Возраст: 7-11лет

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
4.001.01	Каша вязкая молочная (из пшена и риса) "Дружба" 1	200	8	11	41	294		27			9	78	27	1
12.012.01	Бутерброд с маслом	50	3	17	14	218			118		13	64	17	1
10.011.01	Кисель	200			27	109		24			69		2	
Итого за Завтрак			11	28	82	621		51	118		91	142	46	2

ООО "Негоциант"

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 9)

Рацион: Осень-зима 2020-2021 г.г младшие

День: четверг
Неделя: 2

Сезон: сентябрь-май
Возраст: 7-11 лет

№ реп	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
1 006.02	Салат витаминный с маслом растительным 1	60	5	5	15	76		1			100	129	29	1
3 001.02	Рагу из овощей/2 1	200	3	9	19	138		27	8		63	97	42	2
13 001.02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50								
10 020.01	Какао с молоком	200	3	3	28	105		5	20		140	90	15	
Итого за Завтрак			14	18	71	369		33	28		303	316	86	3

ООО "Негоциант"

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 10)

Рацион: Осень-зима 2020-2021 г.г младшие

День: пятница
Неделя: 2

Сезон: сентябрь-май
Возраст: 7-11 лет

№ реп	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак															
1 039.02	Винегрет овощной 1	60	1	6	14	77		6			13	27	11		
21	Филе птицы (курица), тушенное в соусе	100	12	14	27	200		7			26	18	22	1	
8 002.01	Рис отварной 1	200	5	5	53	174			30		21	110	26	1	
13 001.02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50									
10 007	Компот из плодов свежих витаминизированный (яблоки)	200			16	47		4			15	4	5	1	
Итого за Завтрак			21	26	119	548		17	30		75	159	74	3	
ИТОГО за 10 дней				216	227	843	4976	0	233	808	0	1702	2486	847	40
ИТОГО в среднем за 10 дней				21,6	22,7	84,3	497,6	0	23,3	80,8	0	170,2	248,6	84,7	4

М.П.