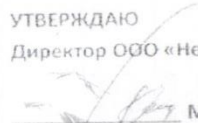


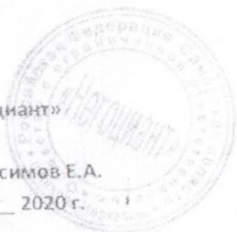
с 16.11.2020 по 22.11.2020г.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
для детей 5-11 классов на 2020-2021 г.г.

УТВЕРЖДАЮ


Директор ООО «Негоциант»


Максимов Е.А.
« 2 » ноября 2020 г.



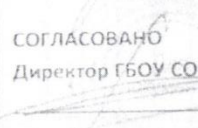
СОГЛАСОВАНО

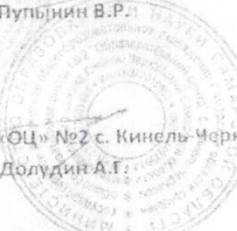
Начальник территориального отдела Управления
Роспотребнадзора по Самарской области в г. Отрадный


Исупова Е.П.
« 2 » ноября 2020 г.

СОГЛАСОВАНО

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

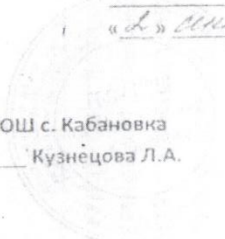

Пупырин В.Р.



СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ СОШ с. Кабановка


Кузнецова Л.А.



СОГЛАСОВАНО

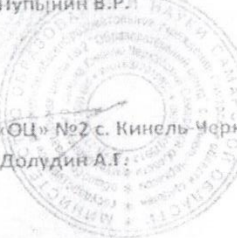
Директор ГБОУ ООШ с. Вольная Солянка


Герасимова Т.И.

СОГЛАСОВАНО

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

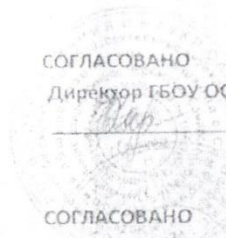

Долудин А.Г.



СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ ООШ с. Семеновка

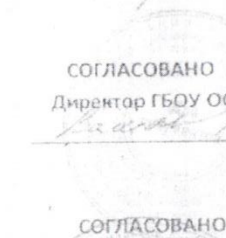

Харитонова Н.В.



СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ ООШ с. Муханово

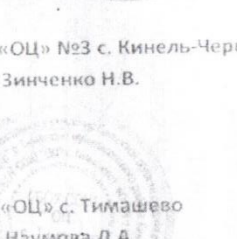

Васильев Н.В.



СОГЛАСОВАНО

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

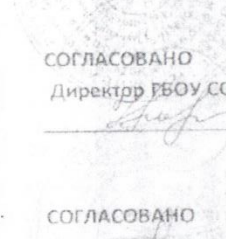

Зинченко Н.В.



СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ СОШ «ОЦ» с. Александровка

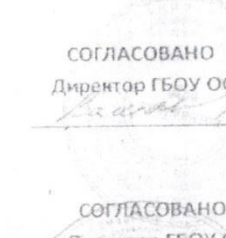

Егорова Н.А.



СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ СОШ с. Березняки

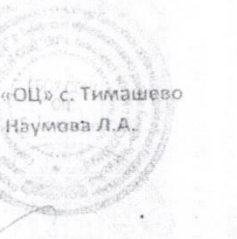

Савченко А.Н.



СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ СОШ «ОЦ» с. Тимашево

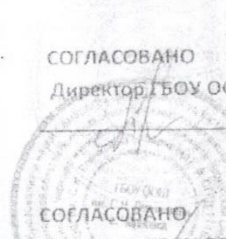

Наумова Л.А.



СОГЛАСОВАНО

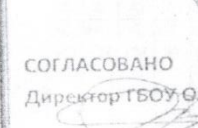
Директор ГБОУ ООШ с. Красная Горка

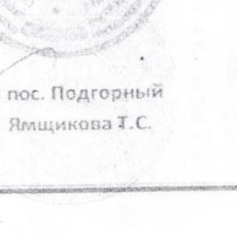

Антонова Л.В.



СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ ООШ пос. Подгорный

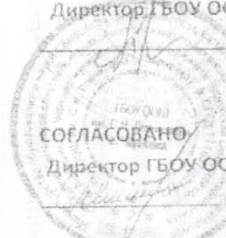

Ямщикова Т.С.



СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ ООШ с. Черновка


Данилова Л.А.



Согласовано на
родительской сессии
протокол №1 от 27.08.2020

ООО "Негосиал"

Приложение 2 к СанПин 2.1.5.2409-09

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 7)

Рацион: Осень-зима 2020-2021 г.

День: вторник

Сезон: сентябрь-май

Неделя: 2

Возраст: 11-17 лет

№ реп.	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														
284	Омлет натуральный шк.	200	13	22	6	273		1	251		179	254	25	2
12 012,02	Булочка с маслом и сыром	55	7	13	14	194			59		161	62	23	1
10 015,01	Чай с сахаром	200	1		15	40			2		30	33	20	3
Итого за Завтрак			21	35	35	507		1	312		370	349	66	6
Обед														
37,01	Икра кабачковая 1	60	1	3	5	53		15			16	17	10	
2 020,03	Суп с изделиями макаронными и картофелем с курочкой	250	12	13	35	206		15			38	61	33	2
44	Тфтели с рисом	110	9	15	13	127		5			22	107	21	2
8 004,01	Макаронные отварные 1	200	7	10	47	205			63		24	62	11	1
13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50								
13 003,02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	47					8	32	11	1
10 009	Компот из плодов сухих витаминизированный (курага)	200	1		24	54		1			48	35	27	1
Итого за Обед			35	42	148	772		36	63		156	314	113	7
Итого за день			56	77	181	1279		37	375		526	663	181	13

ООО "Негосиант"

Приложение 2 к СанПиН 2.4.5.2409-08

Примерное меню и пищевая ценностьготавливаемых блюд (лист 8)

Рацион: Осень-зима 2020-2021 г.

День: среда
Неделя: 2

Сезон: сентябрь-май
Возраст: 11-17 лет

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая 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														
4 001.01	Каша вязкая молочная (из пшена и риса) "Дружба" 1	200	8	11	21	244		27			9	78	27	1
12 012.01	Бутерброд с маслом	50	3	9	14	218			118		13	64	17	1
10 011.01	Кисель	200			27	109		24			69		2	
Итого за Завтрак			11	20	62	571		51	118		91	142	46	2
Обед														
20 02	Салат из свеклы с черносливом 1	60	1	2	14	77		4	9		35	36	26	1
2 014 06	Суп картофельный с рисовой крупой с говядиной	250	13	11	21	219		21			42	176	44	3
8 001 03	Каша гречневая с маслом 1	200	12	9	43	271			30		40	278	186	6
13 05	Гуляш из курицы	100	1	2	8	56		5			15	19	11	
13 001 02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50					8	32	11	1
13 003 02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	47						4	5	1
10 007	Компот из плодов свежих витаминизированный (яблоки)	200			16	47		4			15	4	5	1
Итого за Обед			32	25	124	767		34	39		155	545	263	12
Итого за день			43	45	186	1338		85	157		246	687	326	14

ООО "Негоциант"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 9)

Рацион: Осень-зима 2020-2021 г.

День: четверг

Сезон: сентябрь-май

Возраст: 11-17 лет

Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
296	Пудинг из творога (запеченный)	201	25	21	79	350		1	85		207	88	37	2
12.012.01	Бутерброд с маслом	50	3	9	14	218			118		13	64	17	1
10.015.02	Чай с лимоном	200	1		15	48		4	2		33	35	21	3
Итого за Завтрак			29	30	108	616		5	205		253	187	75	6
Обед														
1.006.02	Салат витаминный с маслом растительным 1	60	5	5	15	126		1			100	129	29	1
2.011.04	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	10	10	19	205		25	5		40	153	42	2
13.001.01	Хлеб пшеничный	40	4	1	12	67								
3.001.02	Рагу из овощей/2.1	200	3	9	19	178		27	8		63	97	42	2
13.003.02	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2		13	47					8	32	11	1
10.010	Компот из плодов сухих витаминизированный (смесь косточковых плодов)	200	1		26	92		1			36	30	22	1
Итого за Обед			25	25	104	715	725	54	13		247	441	146	7
Итого за день			54	55	212	1331		59	218		500	628	221	13