

**Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд**

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

День: понедельник

Сезон: сентябрь-май

Неделя: 1

Возраст: 7-11лет

№ 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	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
37,01	Икра кабачковая 1	60	1	3	5	53		15			16	17	10	
8 002,01	Рис отварной 1	200	5	5	53	174			30		21	110	36	1
7 061,03	Котлеты мясные 1/1	100	17	18	7	159		1			44	188	25	3
13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	40								
10 015,04	Чай с сахаром витаминизированный 1	200	1		16	40			2		30	33	20	3
<b>Итого за Завтрак</b>			27	27	90	466		16	32		111	348	91	7

**Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 2)**

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

День: вторник

Сезон: сентябрь-май

Неделя: 1

Возраст: 7-11лет

№ 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	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
284	Омлет натуральный шк.	200	13	12	16	273		1	251		179	254	25	2
12 012,01	Булгур с маслом	50	3	9	14	218			118		13	64	17	1
10 018,02	Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	2	2	35	124		16	8		67	42	8	
<b>Итого за Завтрак</b>			18	23	65	615		17	377		259	360	50	3

ООО "Негоциант"

Приложение 2 к СанПиН 2.4.5.2409-08

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 3)

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

День: среда

Сезон: сентябрь-май

Неделя: 1

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
<b>Завтрак</b>														
43,02	Салат Здоровье 1	60	1	3	11	55		6			24	33	17	1
12	Сосиски, сардельки отварные	80	9	3	3	75		2			4	71	9	1
8 004,01	Макароны отварные 1	200	7	10	47	205			63		24	62	11	1
8,01	Соус красный основной/2.1	50	1	1	4	30		3			9	10	6	
13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50								
10 015,04	Чай с сахаром витаминизированный 1	200	1		16	40			2		30	33	20	3
<b>Итого за Завтрак</b>			22	18	90	455		11	65		91	209	63	6

ООО "Негоциант"

Приложение 2 к СанПиН 2.4.5.2409-08

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 4)

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

День: четверг

Сезон: сентябрь-май

Неделя: 1

1

Возраст: 7-11лет

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
<b>Завтрак</b>														
1 013,02	Салат из капусты белокачанной с растительным маслом 1	60	1	6	6	82		22			33	21	11	
21	Филе птицы (курица), тушенное в соусе	100	12	14	25	200		7			26	18	22	1
8 001,03	Каша гречневая с маслом 1	200	12	7	53	221			30		40	276	185	6
13 001,02	Хлеб пшеничный 1	30	3	1	9	50								
10 010	Компот из плодов сухих витаминизированный (смесь)	200	1		26	92		1			36	30	22	1
<b>Итого за Завтрак</b>			29	28	119	645		30	30		135	347	241	8

ООО "Негоциант"

Приложение 2 к СанПиН 2.4.5.2409-08

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 5)

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

День: пятница

Сезон: сентябрь-май

Неделя: 1

Возраст: 7-11лет

№ 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
<b>Завтрак</b>														
297	Запеканка из творога с манной крупой	200	32	15	26	367		1	35		259	32	39	1
10 018,01	Кофейный напиток	200	2	2	27	134		22	10		68	45	9	
<b>Итого за Завтрак</b>			34	17	53	501		23	45		327	77	48	1

ООО "Негоциант"

Приложение 2 к СанПиН 2.4.5.2409-08

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 6)

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

День: понедельник

Сезон: сентябрь-май

Неделя: 2

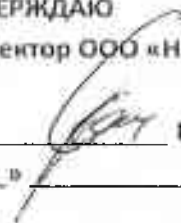
Возраст: 7-11лет

№ 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
<b>Завтрак</b>														
41,02	Салат Школьный 1	60	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	28	45		5	20		140	90	15	
<b>Итого за Завтрак</b>			19	20	76	277		14	20		200	307	79	3

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.  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2020 г.



СОГЛАСОВАНО

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

  
Пупырий В.В.

СОГЛАСОВАНО

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

  
Долудий А.А.



СОГЛАСОВАНО

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

  
Зинченко Н.В.

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ СОШ «ОЦ» с. Тимашево

  
Наумова Л.А.


СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ ООШ пос. Подгорный

  
Ямщикова Т.С.

СОГЛАСОВАНО

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

  
Исупова Е.П.  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2020 г.

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ ООШ с. Вольная Солянка

  
Герасимова Т.И.

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ ООШ с. Муханово

  
Васильев Н.В.

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ СОШ с. Березняки

  
Савченко А.И.

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ СОШ с. Кабановка

  
Кузнецова Л.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ ООШ с. Семеновка

  
Харитонов Н.В.

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ СОШ «ОЦ» с. Александровка

  
Егорова Н.А.

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ ООШ с. Красная Горка

  
Антонова Л.В.

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ ООШ с. Черновка

  
Данилова Л.А.