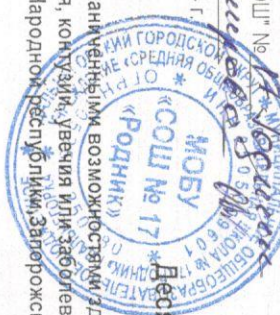


Директор МБОУ "СОШ" № 17
 О.В. Вилдшвиц
 2024 г.



Ведение дневное меню

И.П. Кононенко Ю.А.
 2024 г.



На одного обучающегося в 1-4 классах с ограниченными возможностями здоровья и/или ребенка-инвалида, членов семьи граждан постоянного проживания на территории Приморского края ставших инвалидами вследствие ранения, контузии, увечия или заболевания, полученных при выполнении задач, или погибших в ходе специальной военной операции на территориях Донецкой Народной Республики, Луганской Народной Республики, Республики Закарпатской области, Херсонской области и Украины в МБОУ СОШ Дальнегорского городского округа на 2024-2025 год.

Наименование блюда.	выход	Б	Ж	У	К	В1 мг.	С мг.	А мг.	Е мг.	Са мг.	Р мг.	Мг мг.	Fe мг.
1-ый день													
Завтрак		Б	Ж	У	К	В1 мг.	С мг.	А мг.	Е мг.	Са мг.	Р мг.	Мг мг.	Fe мг.
Каша молочная манная со сливочным маслом.	200/5	10,24	15,36	35,92	283,50	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	132	54,35	0,75
Чай с сахаром.	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0
Масло сливочное	10	0,1	8,25	0,13	74,8	0,01	0	0,04	0,11	2,4	3	0	0,02
Молоко	200	15,94	24,11	70,57	516,50	0,19	7,38	0,05	0,51	331,78	135,00	54,35	1,31
Обед													
Салат из сырых овощей	60	0,96	4,56	3,18	56,58	0,024	6,8	0	0,28	5,6	10,4	8,00	0,36
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	11,40	7,71	15,65	177,65	0,08	5,8	0,01	1,35	39	86	29	1,05
Голубцы ленивые	190	12,60	9,85	19,30	283,30	0,1	1,26	60	0	56,38	49,13	59,38	3,74
Компот из смеси сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20	0,04	0	0	0	31,5	0	0	1,06
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0
ИТОГО 1-ый день		31,957	22,915	88,25	739,53	0,27	13,86	60,01	1,63	132,83	145,53	96,38	6,21
		47,90	47,03	158,82	1256,03	0,46	21,24	60,06	2,14	464,61	280,53	150,73	7,52
2-ой день													
Завтрак		Б	Ж	У	К	В1 мг.	С мг.	А мг.	Е мг.	Са мг.	Р мг.	Мг мг.	Fe мг.
Каша молочная пшеница со сливочным маслом.	200/5	10,24	15,36	35,92	283,50	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	132	54,35	0,75
Сыр	10	3,48	4,46	0	36,4	0,004	0,105	0,039	0,075	1,35	75	5,25	0,15
Чай с лимонком и сахаром	200/3,5	0,00	0,40	18,80	62,40	0	1,64	0	0	13,4	6,2	8,2	0,8
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0
Молоко	200	19,12	20,62	74,24	449,1	0,184	3,125	0,049	0,475	466,18	213,2	67,8	1,7
Обед													
Винегрет овощной	60	0,50	3,10	2,46	39,03	0	10	0	0,1	22,9	13,9	41,8	1
Суп картофельный с горохом и колбасой.	250/15	8,20	6,80	13,00	178,48	0,02	5,19	0,02	0,1	36,54	14	36,7	2,58
Тефтели из мяса кур в соусе.	90/50	12,10	17,96	13,30	163,10	0,033	0,495	30	0	8,536	0	0	0,847
Макароны отварные со сливочным маслом	150/5	6,05	5,05	40,83	217,80	0,01	0	0,01	0,02	12,42	65	10,91	0,28
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	1,36	0	29,02	116,19	0	0	0	0	0,16	0	0	0
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0
ИТОГО 2-ой день		33,61	33,31	118,13	811,4	0,093	15,685	30,03	0,22	80,906	92,9	89,41	4,707
		52,73	53,93	192,37	1260,5	0,277	18,81	30,08	0,695	547,086	306,1	157,21	6,407
3-ий день													
Завтрак		Б	Ж	У	К	В1 мг.	С мг.	А мг.	Е мг.	Са мг.	Р мг.	Мг мг.	Fe мг.
Каша молочная гречневая со сливочным маслом.	200/5	10,24	11,36	35,92	253,50	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	132	54,35	0,75

№2216сбпед.2004
 №2216сбпед.2004
 №63сбпед.2004
 №410сб пед. 1994
 №508сб пед.2004
 №31805-2012
 №400сб пед.2004
 №50 сб пед. 1994
 №6915сбпед.2004
 №1800сб пед. 2004
 №19 сб пед.2004
 627/94
 №31805-2012
 №2216сбпед.2004

Мягкое сливочное	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54	№1366/реп/2004
Чай с сахаром.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гос/31805-2012
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	200	15,94	20,11	70,57	486,5	0,19	7,38	0,05	0,51	331,78	135	54,35	1,31	№40006/реп/2004
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	
Обед														
Салат из зеленого горошка	60	0,22	1,04	3,76	24,45	0,012	3,5	0	0,14	2,8	5,2	4	0,18	№10/об/реп/2010
Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	9,06	7,89	8,35	171,74	0,04	14,37	0,05	0,1	38,91	84	20,04	0,84	№88/256/реп/2004
Рыба тушеная с овощами	90/50	9,40	7,70	8,50	147,70	0,056	0,72	0	0	92,36	0	0	0,698	№309/об/реп/1994
Картофельное пюре	150	4,3	6,05	42,3	168,2	0,03	0	0	0	1,365	0	0	0,525	№472/об/реп/1994
Компот из смеси сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20	0,04	0	0	0	31,5	0	0	1,06	№508/об/реп/2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гос/31805-2012
Итого 3-ой день		29,98	23,48	113,025	734,09	0,208	18,59	0,05	0,24	167,285	89,2	24,04	3,303	
		45,92	43,59	183,595	1220,59	0,398	25,97	0,1	0,75	499,065	224,2	78,39	4,613	
4-ий день														
Завтрак		Б	Ж	У	К	В1 мг.	С мг.	А мг.	Е мг.	Са мг.	Р мг.	Mg мг.	Fe мг.	
Каша молочная из овсяных хлопьев "Геркулес" со сливочным маслом	200/5	12,26	7,75	29,81	264,16	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	132	54,35	0,75	№257/об/реп/1994
Чай с лимоном и сахаром	200/3,5	0,00	0,40	18,80	62,40	0	1,64	0	0	13,4	6,2	8,2	0,8	№629/об/реп/1994
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гос/31805-2012
Сыр	10	3,48	4,46	0	36,4	0,004	0,105	0,039	0,075	135	75	5,25	0,15	№151/об/реп/2004
Молоко	200	21,14	13,01	68,13	459,76	0,18	3,13	0,05	0,48	466,18	213,20	67,80	1,70	
		5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	№40006/реп/2004
Обед														
Икра овощная	60	1,06	5,80	5,60	80,20	0,02	1,2	0,04	0,2	32,4	21	23,2	0,4	№76/об/реп/1994
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	11,40	7,71	15,65	177,65	0,08	5,8	0,01	1,35	39	86	29	1,05	№83/об/реп/2004
Плов с мясом	190	10,93	12,6	32,72	285,95	0,1	0,95	52	0	51,38	42,18	53,24	2,98	№104/об/реп/2004
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	1,36	0	29,02	116,19	0	0	0	0	0,16	0	0	0	627/94
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гос/31805-2012
Итого за 4-ый день		30,15	26,51	102,51	756,79	0,23	7,95	52,05	1,55	123,29	149,18	105,44	4,43	
		51,29	39,52	170,64	1216,55	0,41	11,08	52,10	2,03	589,47	362,38	173,24	6,13	
5-ый день														
Завтрак		Б	Ж	У	К	В1 мг.	С мг.	А мг.	Е мг.	Са мг.	Р мг.	Mg мг.	Fe мг.	
Каша "Янтарная" (из пшена) с яблоками и сливоч. маслом.	175/25/5	8,2	11,8	37,80	292,00	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	132	54,35	0,75	№11/об/реп/2004
Чай с сахаром.	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	6	0	0	11,6	0	0	0,54	№13/об/реп/2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гос/31805-2012
Масло сливочное	10	0,1	8,25	0,13	74,8	0,01	0	0,04	0,11	2,4	3	0	0,02	№14/об/реп/2004
Молоко	200	13,9	20,55	72,45	525	0,19	7,38	0,05	0,51	331,78	135	54,35	1,31	№40006/реп/2004
		5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2	
Обед		Б	Ж	У	К	В1 мг.	С мг.	А мг.	Е мг.	Са мг.	Р мг.	Mg мг.	Fe мг.	
Винегрет овощной	60	0,50	3,10	2,46	39,03	0	10	0	0,1	22,9	13,9	41,8	1	№60/об/реп/1994
Суп картофельный с крупой (гречка)	250	7,92	8,75	14,53	131,80	0,04	14,37	0,05	0,1	38,91	84	20,04	0,84	№80/15/26/реп/2004
Тефтели мясные в соусе.	90/50	12,10	17,96	13,30	163,10	0,033	0,495	30	0	8,536	0	0	0,847	№79/об/реп/2004
Гороховое пюре	150	9,50	3,50	56,50	224,00	0,01	0	0	0	104,5	65	96,4	62	№468/об/реп/1994
Компот из смеси сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20	0,04	0	0	0	31,5	0	0	1,06	№508/об/реп/2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0	0,35	0	0	0	гос/31805-2012
Итого за 5-ый день		37,02	34,11	136,91	779,93	0,153	24,865	30,05	0,2	206,696	162,9	158,24	65,747	

6-ый День													
Завтрак	Б	Ж	У	К	В1 мг.	С мг.	А мг.	Е мг.	Са мг.	Р мг.	Мг мг.	Fe мг.	
Макароны отварные со сливочным маслом и сыром	150/5/5	8,37	11,3	40,83	242,18	0,01	0	0,01	0,02	12,42	65	10,91	0,28
Какао на Молоке	200	4,2	3,62	17,28	118,66	0,06	1,6	0	0	152,94	0	0	0,54
Сыр	10	3,48	4,46	0	36,4	0,004	0,105	0,039	0,075	135	75	5,25	0,15
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0,35	0	0	0	0
Молоко	200	21,45	19,78	77,63	494,04	0,104	1,705	0,049	0,095	300,71	140	16,16	0,97
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2
Обед													
Свекла с сыром	60	0,32	0,04	1,12	44,60	0,012	3,5	0	0,14	2,8	5,2	4	0,18
Сул картофеля с горбушей.	250/15	7,92	8,75	14,53	131,80	0,02	8,34	0,01	0,01	37,56	25	31,65	1,39
Гречка по-купечески с мясом	190	13,40	10,75	18,80	282,10	0,05	12,54	0,01	0,02	36,04	54	73	5,72
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	1,36	0	29,02	116,19	0	0	0	0,16	0	0	0	0
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0,35	0	0	0	0
ИТОГО за 6-ый День		28,40	19,94	82,99	671,49	0,11	24,38	0,02	0,17	76,91	84,20	108,65	7,29
7-ый День		49,85	39,72	160,62	1165,53	0,22	26,09	0,07	0,27	377,62	224,20	124,81	8,26
Завтрак													
Каша молочная манная со сливочным маслом.	200/5	10,24	11,36	35,92	283,50	0,15	1,38	0,01	0,4	317,43	132	54,35	0,75
Запеканка из творога со ступенным молоком	50/10	7,28	6	10,80	93,20	0,03	0,25	0,11	0	75,47	16,3	114,97	0,28
Чай с сахаром.	200	0,20	0,10	15,00	61,40	0	0	0	0	11,6	0	0	0,54
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0,35	0	0	0	0
Молоко	200	23,12	17,86	81,24	534,90	0,21	7,63	0,12	0,40	404,85	148,30	169,32	1,57
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2
Обед													
Салат из огурца консервирован с луком и растит маслом	60	1,68	0	1,14	5,6	0,004	0,49	0	0,01	1,7	3	1,4	0,05
Борщ из свежей капусты со сметаной	250/5	7,67	10,55	21,97	173,72	0,04	14,37	0,05	0,1	38,91	84	20,04	0,84
Плов с мясом	190	10,93	12,6	32,72	285,95	0,1	0,95	52	0	51,38	42,18	53,24	2,98
Компот из смеси сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20	0,04	0	0	0	31,5	0	0	1,06
Хлеб пшеничный в/с йодированный, пшенич.- ржаной.	20/20	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0,35	0	0	0	0
ИТОГО за 7-ый День		25,6	23,95	105,95	687,27	0,214	15,81	52,05	0,11	123,84	129,18	74,68	4,93
		48,72	41,81	187,19	1222,17	0,42	23,44	52,17	0,51	528,69	277,48	244,00	6,50
8-ый День													
Завтрак													
Омлет натуральный с зеленым горошком	150	9,3	11,25	43,13	349,01	0,154	0,39	0,39	4,55	105,43	18,72	0,26	2,99
Чай с лимоном и сахаром	200/3,5	0,00	0,40	18,80	62,40	0	1,64	0	0	13,4	6,2	8,2	0,8
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	40	5,4	0,4	19,52	96,80	0,03	0	0	0,35	0	0	0	0
Сыр	10	3,48	4,46	0	36,4	0,004	0,105	0,039	0,075	135	75	5,25	0,15
Молоко	200	18,18	16,51	81,45	544,61	0,188	2,135	0,429	4,625	254,18	99,92	13,71	3,94
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	118	0,08	1,2	30	0	252,8	182	28	0,2
Обед													
Икра моржованная	60	1,06	5,80	5,60	80,20	0,02	1,2	0,04	0,2	32,4	21	23,2	0,4
Свекольник со сметаной	250/5	6,02	10	12,35	175,72	0,02	8,34	0,01	0,01	37,56	25	31,65	1,39
Тфтели ии мяса кур в соусе.	90/50	12,10	17,96	13,30	163,10	0,033	0,495	30	0	8,536	0	0	0,847
Макароны отварные со сливочным маслом	150/5	6,05	5,05	40,83	217,80	0,01	0	0,01	0,02	12,42	65	10,91	0,28

