

СОГЛАСОВАНО

МОУ - ООШ - ПЧО-

УТВЕРЖДАЮ

Директор

30.09.2025г.

ДИРЕКТОР

Д.А. СТУДЕНКО

Директор

30.09.2025г.

Доставленное инспекцией (варшавинское) обязательное меню бюджетного питания горячих завтраков в образовательных учреждениях муниципального образования «Воскресенский район» на 2025-2026 учебный год.

стоимостью 164,00 руб., в том числе: молоко 16,00 руб.

Детей: 1 Подклассник

Создан: 2.11

Всего: 2.11

Год	Меню	Примерный рацион питания	Масса порции	Питательная ценность (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)								Макроэлементы (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	16					

Завтрак																				
2025/2026	189.03	Каши из пшеницы (Молоко) с маслом сливочным (свежескопированный)	200.30	8.4	12.1	32.6	28.3	0.14	1.3	0.05	0.8	156.80	19.1	38.3	2.6					
АКП*	ж/к	Молоко топленое	200	5.3	5	9.6	108	0.08	2.6	0.04	0	240	180	28	0.2					
	ж/к	Батон обогащенный микроэлементами	70	5.6	2.43	37.1	196	0.84	0	0	0	13.3	9.1	45.5	0.7					
Итого за завтрак			500	19.25	19.5	79.5	587.5	1.06	3.9	0.09	0.8	404.1	392.2	111.8	3.5					

Обед (ПЕРВОЕ ЕДЛОДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)

2025/2026	4/1	Салат из белокочанной капусты, кукурузы и маслин	60.60	1	3.98	6.2	64	0.1	18.03	0.1	0.2	21.9	0	0	0.3					
АКП*	7/1	Рисовый суп (перловка) со сметаной	200.10	7.22	5	20.86	149.8	0.13	4.80	0.2	0.54	43.00	121.20	32.40	1.72					
2025/2026	99.73	Суп картофельный с горошком и грибами	200.10	7.22	5	20.86	149.8	0.13	4.80	0.2	0.54	43.00	121.20	32.40	1.72					
АКП*	3/6.03	Булочка с изюмом и варенье	200.10/10	9.5	7.6	18.1	171.6	0.80	0.40	0.0	0.00	3.00	0.00	4.00	0.20					
АКП*	280.04	Гречка с индейкой (фасоль) «по-восточному»	90	11	9.8	1.7	123.3	0.02	28.39	0.1	0.40	18.36	19.00	6.08	0.23					
2025/2026	331	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	5.5	4.8	36.5	196	0.06	0	0.03	0.8	11	36	7	0.8					
АКП*	29.04	Компот из свежих фруктов (яблочный)	200	0.2	0	23.7	105	0.01	13	0	0.1	8	3	3	0					
2025/2026	430	Чай с сахаром	200	0.2	0.1	15	60	0	0	0	0	3	8	4	1					
	ж/к	Хлеб ржаной-пшеничный обогащенный микроэлементами	30	1.95	0.3	13.5	66	0.07	0	0	0.67	5.4	5.7	26.1	1.2					
Итого за Обед			740	26.87	23.88	104.46	706.10	0.41	64.22	0.33	2.71	107.56	186.90	74.58	4.25					
Итого за день				46.12	43.41	183.96	1293.6	1.47	88.12	0.47	3.51	511.66	569.1	186.38	7.75					

Обед (первое блюдо, гарнир и напиток на выбор)[illegible]

Десятидневное пятидневное (вариативное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Венгского района, стоимостью 164,00 руб. в том числе: молоко 16,00 руб.

Год наблюдения ка	№ рецепта	Продукты питания, наименование, бренд	Масса порция	Нормы							Запрещенная ингредиент (список)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Питательная ценность (г)								В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
				Б	Ж	У	6	7	8	9											
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16						
Завтрак																					
2008/ АКТ*	189/08	Каши рисовая молочная с ягодами соусом (свежемороженой ягодой или)	200/20	8,3	11,8	24,6	26,2	0,18	1,3	0,05	0,32	128,30	234	112,4	4						
	к/к	Молоко пастеризованное	200	5,3	5	9,6	108	0,08	2,6	0,04	0	240	180	28	0,2						
	к/к	Батон обогащенный микроэлементами	70	5,6	2,43	37,1	196	0,84	0	0	0	13,3	9,1	45,5	0,7						
Итого за Завтрак			500	19,20	19,23	71,3	567,2	1,1	3,9	0,09	0,52	381,6	423,1	185,9	4,9						
Обед (ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)																					
2008	23	Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом (без лука)	60	0,54	5,9	1,74	63,6	0,02	10,8	0,06	2,94	14,4	17,4	9,6	0,54						
АКТ*	86/01	Картофельный суп-суп с равиоли сухариками «Сабизиселли»	200/10	3,7	4,2	15,7	119,2	0,08	6,40	0,1	0,16	54,40	80,00	24,80	1,12						
АКТ*	336/03	Вулкан куриный с грибами из батона обогащенного микроэлементами	200/10/10	9,5	7,6	18,1	171,6	0,00	0,40	0,0	0,00	3,00	0,00	4,00	0,20						
АКТ*/	01/371	Турецкий «Сосисовый» на фарше птицы (куриное) в сметанном соусе	90/30	15,04	11,7	20	203	0	3,3	0	4	9,6	21,5	6	0,4						
2008	323	Каши гречневая рассыпчатая	150	3,6	4,6	37,7	212	0,03	0	0,03	0,3	11	78	26	0,6						
2008	402	Каша из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	25,7	131	0,02	0	0,01	0,5	21	23	16	0,7						
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	4	1						
	к/к	Хлеб ржаной-пшеничный обогащенный микроэлементами	30	1,95	0,3	13,5	66	0,07	0	0	0,67	5,4	5,7	26,1	1,2						
Итого за Обед			770	25,43	26,80	114,54	794,80	0,22	20,50	0,20	8,57	115,80	225,60	108,50	4,56						
Итого за день				44,63	46,03	185,84	1362,00	1,32	24,40	0,29	9,09	497,40	648,70	294,40	9,46						

Нечетно:

Год наблюдения	№ п/п	Прочие нпм, наименование биол	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	16		
Завтрак																	
2008/ АКП*	184/05	Каша овсяная (группы) (кормовая с соргом ароматиз. свежемороженой клубникой)	200/30	8,3	12,0	30,5	251,0	0,17	13,22	0,03	0,36	144,00	230,12	70	2,6		
	к/к	Молоко пастерное	200	5,3	5	9,6	108	0,08	2,6	0,04	0	240	180	28	0,2		
	к/к	Батон обогащенный микроэлементами	70	5,6	2,43	37,1	196	0,84	0	0	0	13,3	9,1	42,5	0,7		
Итого за Завтрак			500	19,2	19,4	77,2	555	1,09	15,82	0,09	0,36	397,3	419,22	140,5	3,5		
Обед (ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)																	
2011	52	Суп из свеклы отварной с маслом растительным	60	2,7	5,53	3,6	54,4	0,01	2,19	0,01	2,2	21,24	33,6	12,41	1		
2008	91	Рассоление "Ленинградский" со сметаной	200/5	2,4	4,64	13,2	146,3	0,07	6,4	0,17	0,16	27,2	63,2	21,6	0,8		
АКП*	336/04	Булочка кунжутная со свеклой запеченная пшениш	200/10/2	4,3	1,1	1,1	92	0,00	0,18	0,0	0,00	2,00	0,00	3,00	0,10		
АКП*	180/01	Плов из булдура со сметаной «Корш»	240	19,7	13,5	52,8	369,2	0,9	8,11	0,28	0,16	48,24	370,8	124,56	2,7		
2007	123	Компот из свежемороженого ябл. (рыжиков)	200	0,2	0,08	17,42	69,44	0,006	40	0	0,1	7,22	6,6	6,2	0,3		
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	4	1		
	к/к	Хлеб ржаной-пшеничный обогащенный микроэлементами	30	1,95	0,3	13,5	66	0,07	0	0	0,67	5,4	5,7	26,1	1,2		
Итого за Обед			715	26,95	24,05	100,52	705,34	1,06	56,70	0,46	3,29	109,40	479,90	198,87	5,30		
Итого за день				46,15	43,48	177,72	1280,34	2,146	72,52	0,55	3,55	506,9	899,12	334,37	8,8		

Декларационное пищевое (парентальное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 164,00 руб. в том числе: меню 16,00 руб.

Приложение №8 к Соплону 2.12.4.3390-20

Дневн. : Питание																	
Итого за день																	
Где и/или время	№ рецеп.	Продукт или наименование блюда	Масса порции	Питательная ценность (г)			Энергетическая ценность (ккал)	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	16		
Завтрак																	
2008/ АКП*	184/10	Каша пшеница «Пшеничка» с молочным соусом (свежесмороженая заправка)	200/30	8,4	12,2	27,0	279,3	0,18	1,3	0,05	0,52	128,30	234	112,4	4		
	к/к	Молоко питьевое	200	5,3	5	9,6	108	0,08	2,6	0,04	0	240	180	28	0,2		
	к/к	Батон обогащенный микроэлементами	70	5,6	2,43	37,1	196	0,84	0	0	0	13,3	9,1	45,5	0,7		
Итого за Завтрак			500	19,25	19,63	73,7	583,3	1,1	3,9	0,09	0,52	381,6	423,1	185,9	4,9		
Обед (ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)																	
АКП*	68	Салат из моркови с маслом растительным	60	0,73	3,25	4	57,5	0,038	4,81	1,95	0,83	26,04	53	36,59	0,6		
АКП*	73/02	Суп овощной «Простотская осянка» (с тыквой и цветной капустой)	200	4,6	6,8	16,18	147,9	0,1	9	0,16	0,26	23,7	103,01	29,4	1,5		
АКП*	336/04	Булочка куриная со свежей начинкой петрушка	200/10,2	4,3	1,1	1,1	92	0,00	0,18	0,0	0,00	2,00	0,00	3,00	0,10		
2008	314	Шницель из филе птицы (куриное)	90	12,6	12,1	17,8	213,88	0,09	14,4	0,12	3,24	73,8	147,6	34,2	1,8		
2008	333	Картофель отварной	150	2,9	4,7	23,3	148	0,15	21	0,04	0,2	21	79	30	1,2		
АКП*	29/05	Компот яблоково-апельсиновый	200	0,3	0,1	34	131	0	3	0	0	7,4	9	5	0,1		
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	4	1		
	к/к	Хлеб ржаной-пшеничный обогащенный микроэлементами	30	1,95	0,3	13,5	66	0,07	0	0	0,67	5,4	5,7	26,1	1,2		
Итого за Обед			730	23,28	27,25	108,98	765,98	0,47	52,21	2,27	5,20	157,34	397,31	161,29	6,40		
Итого за день				42,53	46,88	182,68	1347,28	1,57	56,11	2,38	5,72	538,94	828,41	347,19	11,30		

Десятидневное пищевое (вариативное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 164,00 руб., в том числе: молоко 16,00 руб.

Приложение №8 к СопИнд 2.3.2.1.3590-20

Дополн. к Приложению 2
Итого: 2,11

Год или отчетный период	№ рецепта	Продукты, наименование, бренд	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Защитная пленка (каси)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
				Б	Ж	У	В1		С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16					

Завтрак																				
2008/АКП*	189/03	Каша пшеничная (Молотко) с молочным соусом (свежесмороженый крем-лимон)	200/30	8,4	12,1	32,8		28,3	0,14	1,3	0,05	0,8	150,80	193,1	38,3		2,6			
	к/к	Молоко топленое	200	5,3	5	9,6		108	0,08	2,6	0,04	0	240	180	28		0,2			
	к/к	Батон обогащенный микроэлементами	70	5,6	2,43	37,1		196	0,84	0	0	0	11,3	9,1	45,5		0,7			
Итого за Завтрак			500	19,25	19,53	79,5		587,5	1,06	3,9	0,09	0,8	484,1	382,2	111,8		3,5			

Обед (ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)

2008/ 2011	35/ 71	Салат из белокочанной капусты с мясным распашиваемым до 28.02 Овощи замороженные: стручок фасоли с 01.03	60/60	0,96	3,06	4,14	48	0,058	4,81	1,95	0,83	26,04	53	36,59	0,6
2008	99/73	Суп картофельный с горохом и грибами из батона обогащенного микроэлементами	200/10	7,22	3	20,86	149,8	0,15	4,80	0,2	0,54	43,00	121,20	32,40	1,72
АКП*	336/03	Булочка круглая с начинкой из батона обогащенного микроэлементами	200/10/10	9,3	7,6	18,1	171,6	0,80	0,40	0,0	0,80	3,00	0,80	4,00	0,20
АКП*	281/01	Чайкобин (фрукт курабис)	90	13	11,7	10	169	0,25	20,6	7,2	5,2	10,8	280,8	18	7,2
2008	323	Каша гречневая рассыпчатая	150	3,6	4,6	37,7	212	0,03	0	0,03	0,3	11	78	26	0,6
2007	123	Компот из свежесмороженых ягод (сезонных)	200	0,2	0,08	17,42	69,44	0,02	0	0	1,1	28	24	15	0,4
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	4	1
	к/к	Хлеб ржаной-пшеничный обогащенный микроэлементами	30	1,95	0,3	13,5	66	0,07	0	0	0,67	5,4	5,7	26,1	1,2
Итого за Обед			740	26,53	24,74	108,62	714,24	0,58	40,21	9,35	8,64	124,24	562,70	154,09	11,72
Итого за день				46,18	44,27	183,12	1301,74	1,638	44,11	9,44	9,44	528,34	944,9	265,89	15,22

Десятидневное циклическое (варпазное) балансирующее меню безалкогольного питания горных жителей и беженцев
для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Восточного района,
стоимостью 164,00 руб. в том числе: молоко 16,00 руб.

Дата: 7 Выход
Сроки: 7-11
Всего: 2

Год на сери и	№ ра и	Проч. или, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16		
Завтрак																	
2008 АКТ*	184/11	Каша гречневая молочная «Усадьба Миратор» (с молоком ступенчатая)	200/30	8,4	11,8	24,6	261,2	0,17	13,22	0,05	0,26	144,00	250,12	70	2,6		
	к/к	Молоко питьевое	200	5,3	5	9,6	108	0,08	2,6	0,04	0	240	180	28	0,2		
	к/к	Батон обогащенный микроэлементами	70	5,6	2,43	37,1	196	0,84	0	0	0	13,3	9,1	45,5	0,7		
Итого за завтрак			500	19,28	19,2	71,3	567,2	1,09	15,82	0,09	0,26	397,3	419,22	143,5	3,5		

Обед (ПЕРВОЕ БЛЮДО, ГАРНИР И НАПИТОК НА ВЫБОР)

2008	23	Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом (без лука)	60	0,34	5,9	1,74	63,6	0,02	10,8	0,06	2,94	14,4	17,4	9,6	0,54
2008	91	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	200/5	2,4	4,64	13,2	146,3	0,07	6,4	0,17	0,16	27,2	63,2	21,6	0,8
АКТ*	336/04	Булочка круглая со свежей жеманно перушки	200/10/2	4,3	1,1	1,1	92	0,00	0,18	0,0	0,80	2,00	0,00	3,00	0,10
АКТ*	232	Шницель рубленый мясной (свинина)	90	14,8	11	28	184,5	0,16	0	0,05	3,24	10,8	138	21	1,8
2008	335	Картофельное пюре	130	4,2	4,4	22,6	174	0,14	5	0,04	0,2	47	85	29	1,1
2008	331	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	130	5,5	4,8	36,5	196	0,06	0	0,03	0,8	11	36	7	0,8
2016	1210	Напиток из плодов сушеных (липовые)	200	0,4	0,2	23,8	100	0	11,0	0	0	14	2	4	0,6
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	4	1
	к/к	Хлеб ржаной-пшеничный обогащенный микроэлементами	30	1,35	0,3	13,5	66	0,07	0	0	0,67	5,4	5,7	26,1	1,2
Итого за Обед			725	24,29	26,44	102,84	734,40	0,46	33,20	0,32	6,74	118,90	311,30	111,30	6,84
Итого за день				43,58	45,67	174,14	1301,6	1,55	148,02	0,41	7	316,1	730,52	254,8	9,54

Десятидневное (десятидневное) балансовое меню безалкогольного питания горячих завтраков и обедов
для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Восточного района,
стоимостью 164,00 руб., в том числе: молоко 16,00 руб.

Приложение №6 к СанПиН 2.1.3.396-20

Дети: 8-9 лет																	
Средн:																	
Год наблюдения	№ рецепта	Пример пищевого назначения блюда	Масса порции	Питательные вещества (г)			Запрещенная пища (ккал)	Витамины (мг)						Максимальные значения (мг)			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16		
Завтрак																	
2008/ АКП*	184.05	Каши овсяная (геркулес) «Колоски» с соусом яблочным (свежемороженой яблочный кисель)	200/30	8,3	12,0	30,5	251,0	0,17	13,22	0,05	0,26	144,00	220,12	70	2,6		
	к/к	Молоко питьевое	200	5,3	5	9,6	108	0,08	2,6	0,04	0	240	180	28	0,2		
	к/к	Батон обогащенный микроэлементами	70	5,6	2,43	37,1	196	0,84	0	0	0	13,3	9,1	45,5	0,7		
Итого за завтрак			500	19,20	19,43	77,2	555	1,09	15,82	0,09	0,26	397,3	419,22	144,5	3,5		
Обед (ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)																	
2011	52	Салат из свежих овощей с маслом растительным	60	2,7	5,53	3,6	54,4	0,01	2,19	0,01	2,2	21,24	33,6	12,41	1		
АКП*	73.01	Суп овощной со сливками перцем «по-сероловски»	200	4,6	4,8	11,3	123	0,1	9	0,16	0,26	23,7	103,01	29,4	1,5		
АКП*	336.04	Булочка круглая со свежей начинкой из творога	200/10/2	4,3	1,1	1,1	92	0,00	0,18	0,0	0,00	2,00	0,00	3,00	0,10		
2008	256	Пюре из картофеля	90	12,9	9,16	16	205,16	0,34	2,5	0,06	0,5	47,4	188,8	32,5	2,8		
2008	323	Каши гречневая рассыпчатая	150	3,6	4,6	37,7	212	0,03	0	0,03	0,3	11	78	26	0,6		
АКП*	394.01	Компот из свежих яблок и свежемороженой сливы	200	0,4	0,2	34,6	133,2	0,02	2,6	0,04	0,4	11,8	9,2	5,6	1		
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	4	1		
	к/к	Хлеб ржаной-пшеничный обогащенный микроэлементами	30	1,95	0,3	13,5	66	0,07	0	0	0,67	5,4	5,7	26,1	1,2		
Итого за Обед			730	26,15	24,59	116,70	785,76	0,57	16,29	0,30	4,33	128,54	418,31	132,01	8,10		
Итого за день				45,35	44,02	193,90	1330,76	1,66	32,11	0,39	4,59	517,84	837,53	275,51	11,60		

Детстивенное шкльное (варпанное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обесов
для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района,
стоимость 164,00 руб., в том числе: молоко 16,00 руб.

Приложение №8 к СидПД 2.2.4.3590-20

Тол кисл-брани на	№ рел.	Прим. пилт. наикомпане блон	Масса порции	Данные: 2							Селит: 7,11						Минеральные вещества (мг)			
				Питательные вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)								
				Б	Ж	У	В1		С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe					
1		2	3	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16					
Завтрак																				
2006/ АКТ*	184/10	Каша пшеница «Триколор» с ягодным соусом (свежемороженая ежевика)	200/30	8,4	12,2	27,0	279,3	0,18	1,3	0,05	0,22	128,30	234	112,4	4					
	к/к	Молоко пшеница	200	5,3	5	9,6	108	0,08	2,6	0,04	0	240	180	28	0,2					
	к/к	Батон обогащенный микроэлементами	70	5,6	2,43	37,1	196	0,84	0	0	0	13,3	9,1	45,5	0,7					
Итого за Завтрак			500	19,25	19,65	73,7	588,3	1,1	3,9	0,09	0,52	391,6	425,1	185,9	4,9					
Обес (ПЕРВОЕ ЕДЛОЮ И НАПИТОК НА ВЕЛО)																				
АКТ*	68	Салат из моркови с маслом растительным	60	0,73	3,25	4	57,5	0,058	4,81	1,95	0,83	26,04	53	36,59	0,6					
2008	95	Борщ со свежей капустой с морковью и сметаной	200/5	4,56	4,48	17,5	164	0,2	9,5	19,5	1,7	10,3	144	27	0,8					
АКТ*	336/03	Булочка кунжутная с начинкой из батона обогащенного микроэлементами	200/10/10	9,5	7,6	18,1	171,6	0,00	0,40	0,0	0,00	3,00	0,00	4,00	0,20					
АКТ*	339/01	Фрикадельки (пюре) в сметанном соусе	90	13,5	9,5	16,5	146	0,05	0,5	0,01	0,5	31	132,6	18,9	0,4					
2008	325	Рис отварной	150	3,7	6,3	32	203,0	0,02	0	0,05	0,3	3	61	19	0,6					
2007	123	Компот из свежемороженых ягод (клубника)	200	0,2	0,08	17,42	69,44	0,006	40	0	0,1	7,52	6,6	6,2	0,3					
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	4	1					
	к/к	Хлеб ржаной-пшеничный обогащенный микроэлементами	30	1,95	0,3	13,5	66	0,07	0	0	0,67	5,4	5,7	26,1	1,2					
Итого за Обес			735	24,64	23,91	108,92	785,94	0,40	54,81	21,51	4,10	83,36	402,90	135,79	3,90					
Итого за день				43,89	43,54	17,462	1289,24	1,50	58,71	21,60	4,62	464,86	826,00	319,69	8,80					

Тестирование пищевого (варпадного) балансового питания горных индейцев и беженцев
для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Ветов, Южского района,
стоимостью 164,00 руб., в том числе: молоко 16,00 руб.

Даты: 10 Деген
Неделя: 2

Сроки: 7-11
Возраст: 7-11

Год наблюдения	№ п/п	Продукт пище- вого назначения	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	16			
Завтрак																		
2008	210	Макароны с сыром	165/10	11,4	12,2	33,0	273,3	0,07	0	0,14	1,12	130,20	116,2	12,6	1,12			
	к/к	Молоко питьевое	200	5,3	5	9,6	108	0,08	2,6	0,04	0	240	180	28	0,2			
2011	338	Яблоко свежее	100	0,34	0,34	13,17	60,84	0,03	13	0	0,26	20,8	13,9	11,7	2,9			
	к/к	Батон обогащенный микроэлементами	25	2	0,87	13,25	70	0,3	0	0	0	4,75	3,25	16,25	0,25			
Итого за Завтрак			500	19,24	19,61	69,02	514,17	0,48	15,6	0,18	1,38	395,75	313,35	68,55	4,47			

Обед (ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)

2011	702	Осужен соевый (пирожное)	60	0,48	0,06	1,02	7,8	0	4,68	0	0	18,78	0	13,32	0,54					
2008	84	Шницель из свиной котлеты с картофелем и сметаной	200/5	2,48	4,48	10,2	120,8	0,048	17,6	0,17	0,16	31,2	42,4	17,6	0,6					
АКП*	336/04	Булочка сдобная со свежей начинкой из сметаны	200/10/2	4,3	1,1	1,1	92	0,00	0,18	0,0	0,00	2,00	0,00	3,00	0,10					
АКП*	78,01	Мясо духовое (свинина) (посолоченная) с картофелем и овощами	240	19,2	19	69,8	447,8	0,15	10	0,08	1,3	47,5	200	28,7	1,25					
2008	436	Напиток лимонный	200	0,2	0	6,4	68	0,01	6,4	0	0	6,88	3,52	1,92	0,17					
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	4	1					
	к/к	Хлеб ржаной-пшеничный обогащенный микроэлементами	30	1,95	0,3	13,5	66	0,07	0	0	0,67	5,4	5,7	26,1	1,2					
Итого за Обед			735	24,31	23,84	100,92	710,40	0,28	38,68	0,25	2,13	113,76	251,62	87,64	3,76					
Итого за день				43,55	40,45	169,94	1234,57	0,76	54,38	0,43	3,51	509,21	564,97	156,19	8,23					
Итого за 10 дней				445,65	447,82	1795,67	12345,94	14,52	637,92	55,94	57,19	5110,61	7406,80	2627,59	99,72					
Итого среднее за день				44,5	44,8	179,6	1235,1	1,5	63,7	5,6	5,7	511,1	740,1	262,8	10,0					

