

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 26

Согласовано:

Председатель совета МБОУ СОШ № 26

Утверждаю:

И.В. Лукьянов

"01" января 2020г.

"01" января 2020г.

"01" января 2020г.

Примерное 2-х недельное меню обучающихся из малоимущих семей для организации горячего питания учащихся

на 2020 учебный год

1-я неделя

Понедельник

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	Доп.	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ЗАВТРАК															
№ 413 СРШП 2004г.	Булочка "Домашняя"	12,65	75,00	3,80	0,72	14,40	140,00	0,03			0,51	5,00	16,00	3,00	0,30
№ 517 СРШП 2004г.	Чай с сахаром	5,00	200/15	0,20	15,00	58,00		0,03				10,00	2,50	1,30	0,28
ИТОГО				4,00	0,72	29,40	198,00	0,03	0,03	0,00	0,51	15,00	18,50	4,30	0,58

Вторник

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	Доп.	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ЗАВТРАК															
№ 413 СРШП 2004г.	Булочка "Домашняя"	12,65	75,00	3,80	0,72	14,40	140,00	0,03			0,51	5,00	16,00	3,00	0,30
№ 517 СРШП 2004г.	Чай с сахаром	5,00	200/15	0,20	15,00	58,00		0,03				10,00	2,50	1,30	0,28
ИТОГО				4,00	0,72	29,40	198,00	0,03	0,03	0,00	0,51	15,00	18,50	4,30	0,58

Среда

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe

№ 413 СРШП 2004г.	Булочка "Домашняя"	12,65	75,00	3,80	0,72	14,40	140,00	0,03		0,51	5,00	16,00	3,00	0,30
№ 517 СРШП 2004г.	Чай с сахаром	5,00	200/15	0,20		15,00	58,00	0,03			10,00	2,50	1,30	0,28
	ИТОГО	17,65		4,00	0,72	29,40	198,00	0,03	0,03	0,51	15,00	18,50	4,30	0,58
Среднедневная сбалансированность														
				1	1	4								

Вторник

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
1	2	3	Доп.	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ЗАВТРАК															
№ 413 СРШП 2004г.	Булочка "Домашняя"	12,65	75,00	3,80	0,72	14,40	140,00	0,03			0,51	5,00	16,00	3,00	0,30
№ 517 СРШП 2004г.	Чай с сахаром	5,00	200/15	0,20		15,00	58,00	0,03			10,00	2,50	1,30	0,28	
	ИТОГО	17,65		4,00	0,72	29,40	198,00	0,03	0,03	0,51	15,00	18,50	4,30	0,58	

Среда

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
1	2	3	Доп.	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ЗАВТРАК															
№ 413 СРШП 2004г.	Булочка "Домашняя"	12,65	75,00	3,80	0,72	14,40	140,00	0,03			0,51	5,00	16,00	3,00	0,30
№ 517 СРШП 2004г.	Чай с сахаром	5,00	200/15	0,20		15,00	58,00	0,03			10,00	2,50	1,30	0,28	
	ИТОГО	17,65		4,00	0,72	29,40	198,00	0,03	0,03	0,51	15,00	18,50	4,30	0,58	

Четверг

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
1	2	3	Доп.	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ЗАВТРАК															
№ 413 СРШП 2004г.	Булочка "Домашняя"	12,65	75,00	3,80	0,72	14,40	140,00	0,03			0,51	5,00	16,00	3,00	0,30
	ИТОГО	17,65		4,00	0,72	29,40	198,00	0,03	0,03	0,51	15,00	18,50	4,30	0,58	

