В.К. Смирнов

Директор МАОУ Школа № 125 А.М. Абдразаков



Школьное меню для организации питания обучающихся.

Прием пищи,	Масса порци	1	і:щев цеств		Энерге		Вита	мины (мг)	Мин	еральнь (м		ства	Herro
	и, (гр.)	Б	ж	У	ая ценнос ть (ккал)	В١	С	А (мкг)	E	Ca	Р	Mg	Fe	Цена
		3	автра	ак 12-1	18 лет (р	одил е	льска	я плата,	MMC)				
Омлет натуральный; 218,32	140	14,70	15,87	2,63	212,40	0,09		286,04		113,53	240,79	18,81	2,76	
Чай с лимоном и сахаром ; 285,05	207			9,98	39,90			0,14		3,10	1,54	0,84	0,07	
Сыр (порциями); 27,01	10	2,63	2,66		35,00			23,80		100,00	60,00	5,50	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,1	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Кисломолочный продукт для детского питания; 476,01	100	3,20	3,20	9,10	78,00	0,03				119,00	İ	14,00	0,10	
Итого	L	22.95	22.03	38.21	443,30	0.22		309,98		341.63	321,83	43,35	3,75	81,36
		-					ьская	плата, М	(MC)	,				1
Суп-лапша; 66,88	250	7.61			237,43			200,75		10.14	25,90	11,06	0.71	<u> </u>
Жаркое по-домашнему из мяса птиды отварного; 684,2	200				285,65			29,75			149,91	40,21	1,86	
Чай витаминизыреванный ; 232,11	200			9,80	39,40	0,15								
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 420,02	40	3,20	0,40	22,00	104,00	0,14			0,60	8,00	26,00	5,60	1,00	
Хлеб ржано-пшеничный для детского патания; 421,11	40			18,40		0, 5			0,68	11,60	52,00	15,90	1,20	
Печенье; 490,15	18			12,55	76,52	0,02		12,96		7,38	15,66	2,70	0,13	
Итого		28.13	21,39	131,5 i	331,00	0,75		243,46	1,28	62,34	269,47	76.38	4,95	93,10

В.К. Смирнов





Школьное меню для организации питания обучающихся.

Прием пищи,	Macca		ищев цеств		Энерге тическ ая	Витамины (мг) Минеральные вещества (мг)								
	порци и, (гр.)	Б	ж	У	ая ценнос ть (ккал)	В1	С	A (mkr)	Е	Ca	Р	Mg	Fe	Цена
					Завтрак	12-18	лет С	СВО						
Омлет натуральный; 218,32	140	14,70	15,87	2,63	212,40	0,09		286,04		113,53	240,79	18,81	2,76	
Сыр (порциями); 27,01	10	2,63	2,66		35,00			23,80		100,00	60,00	5,50	0,07	
Чай с лимоном и сахаром ; 285,05	207			9,98	39,90			0,14		3,10	1,54	0,84	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
детского питания; 1,1 Кисломолочный продукт для детского	100	3,20	3,20	9,10	78,00	0,03				119,00		14,00	0,10	
питания ; 476,01	<u></u>													
Итого		22,93	22,03	38,21	443,30		L	309,98		341,63	321,83	43,35	3,75	80,60
					Обед 1		ет СВ							
Суп-лапша; 66,88	250	1 -	L -:		237,43	0,08		200,75		10,14	25,90	11,06	0,71	
Жаркое по-домящнему из мяса птицы отварного; 684.2	200	12,59	15,23	24,66	285,65	0,20		29,75		25,23	149,91	40,21	1,86	
Чай витаминизированный ; 282,11	200			9,80	39,40	0,15								
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питаныя; 420,02	40	3,20	0,40	22,00	104,00	0,14			0,60	8,00	26,00	5,60	1,00	
Хлеб ржано-пщеничный для детского п⊾тания; 421,11	40	3,20	0,40	18,40	88,00	0,16			0,68	11,60	52,00	16,80	1,20	
Печенье ; 490,15	18	1,53	2,03	12,55	76,52	0,02		12,96		7,38	15,66	2,70	0,18	
Итого		28 13	21 39	131 51	831,00	0,75		243,46	1,28	62,34	269,47	76,38	4,96	92,22

(F)

В.К. Смирнов

СОГЛАСОВАНО
Директор МАОУ Шкора № 125
А.М. Абдразако



Школьное меню для организации питания обучающихся.

Прием пинци,	Macca	1	нщев цеств		Энерге - тическ		Вита	мины (мг)	Мин	еральнь (м		ства	Цена
	перии и, (гр.)	Б	ж	У	ая ценнос ть (ккал)	BI	С	А (мкг)	Е	Ca	Р	Mg	Fe	Цена
		-		3	автрак	СОП	12-18	лет				_		
Омлет натуральный; 218,31	130	13,65	14,74	2,44	197,23	0,08		265,61		105,42	223,59	17,47	2,56	
Сыр (порциями); 27,01	10	2,63	2,66		35,00			23,80		100,00	60,00	5,50	0,07	
Чай с сахаром; 283	200			9,98	39,90			†		0,30	<u> </u>		0,03	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами дов детского питания; 1,1	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Кисломолочный продукт для детского питания; 476,01	100	3,20	3,20	9,10	78,00	0,03				119,00		14,00	0,10	
Итого		21,88	20,90	38,02	428,13	0,21		289,41		330,72	303,09	41,17	3,51	72,21
					Обед С	OII 1	2-18 л	ет						
Суп-лапша; 66.88	250	7,61	3,34	44,10	237,43	0,08		200,75		10,14	25,90	11,06	0,71	
Жаркое по-демалинему из мяса птиць отварного; 68 1.3	180	11,33	13,70	22,20	257,09	0,18		26,78		22,70	134,92	36,19	1,68	
Чай эмгаминизированный : 282,11	200			9,80	39,40	0,15								
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; i,i	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
хлеб эжано-пшена дай для детского питания; 12	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
Печенье; 490,15	18	1,53	2,03	12,55	76,52	0,02		12,96		7,38	15,66	2,70	0,18	
Итого		25,27	19,67	118,95	754,43	0,65		240,49	0,51	54,92	234,98	66,75	4,22	82,54

В.К. Смирнов





Школьное меню для организации питания обучающихся.

Прием пиния, наименование тюла	Ancea		неств		Энерге		Вита	мины (мг)	Мине	еральны (м		ства	Цена
	порим т, (гр.)	Б	ж	У	ая ценнос ть (ккал)	Bl	С	A (MKT)	Е	Ca	Р	Mg	Fe	Цена
		3	автра	к ОВ	3, инвал	иды 1	2-18	тет (1 СМ	1EHA)				
Омлет натуральный; 218,32	140	14,70	15,87	2,63	212,40	0,09		286,04		113,53	240,79	18,81	2,76	
Сыр (порциями); 27,01	10	2,63	2,66		35,00			23,80		100,00	60,00	5,50	0,07	
чей с лимонен сахаром; 285,05	207			9,98	39,90			0,14		3,10	1,54	0,84	0,07	
Хлеб пшенну сбогащенный ънгаминами для	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
детского пытания: 1,1										110.00			0.10	
продукт для де экого питания; 476	100	3,20	3,20	9,10	78,00	0,03				119,00		14,00	0,10	
litoro		22.93	22.03	38.21	443,30	0.22		309,98		341,63	321,83	43,35	3,75	
							-18 ле	T (1 CMF	EHA)	1				
Суп-лапша : 60 88	250	7.61			237,43			200,75		10,14	25,90	11,06	0,71	
Жаркое по-помашнему и мяса птица и варного, 63	200				285,65			29,75			149,91	40,21	1,86	
чал запаминизиров чный 32,11	200			9,80	39,40	0,15								
элеб пшенич па элещенный аминами для экого пистыя, 1,1	30	2,40	0.30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
теб мно-пше пый детскоге патания:	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
ма локо ; 3 8 0	110	0,48	0.48	18,84	81,60	0,04		6,00		19,20	13,20	10,80	2,64	
Печенье; 49	18	L		12,55	76,52	0,02		12,96		7,38	15,66	2,70	0,18	
סוכייין		27,0	21,67	140,2	864,60	0,71		249,46	0,51	76,64	263,17	81,58	7,05	188,01

В.К. Смирнов





Школьное меню для ор анизации питания обучающихся.

06 ф∈ граля 2024 г.

иенована ода	र्थाल ⊹ <u>व</u>	П пцевые веттества (г			Энерге		Витал	лины (мг)	Мин	- Цена			
	a' (tb')	Б	ж	у	деннос ть (ккал)	BI	С	А (мкг)	Е	Ca	P	Mg	Fe	цена
			о́ед	OB3,	инвали,	цы 12-	-18 лет	(2 CMF	CHA)					
Уп-лапша ; 66 3	250	7,61	3,34	44,10	237,43	0,08		200,75		10,14	25,90	11,06	0,71	
Жое по-д	200	12,59	5,23	24,66	285,65	0,20		29,75		25,23	149,91	40,21	1,86	
яса пти														
отьа <mark>рного ; 6</mark> 5														
TO B	200			9,80	39,40	0,15								
и з миниз исо ≃ныя 2,11					at the state of th									
5 пшен	34	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
ащенны; зминам!					ī									
КОГО П И														
A 5	30	2,40	9.30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
Эно-пше														
, детского полина														
эко; 38,	120	0,48	0,48	18,84	81,60	0,04		6,00		19,20	13,20	10,80	2,64	
нье ; 4-4						0,02		12,96		7,38	15,66	2,70	0,18	i
/10 F 0					864,60	0,71		249,46	0,51	76,64	263,17	81,58	7,05	
And Andrew		T)	JARI	ік ОЗ	, инвал	иды :	2-18 J	ет (2 CN	AEHA)				
9: 9: 9: 9: 9: 9: 9: 9: 9: 9: 9: 9: 9: 9	1111							82,94			95,37	15,59	1,03	
аминизм, померай выстран	200	_		23,50	95,00	0,30	20,10							
фруктын 16 86,62	21)	1,00	0.20	20,20	92,00	0.02	4,00		0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	
70	-				594,44	-		82,94	0,20	68,72	109,37	23,59		188,01