

# Основное меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

## Основание:

1. Санитарно-эпидемиологические правила и нормы СанПин 2.3/2.4.3590-20. Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020г. №32
2. Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций. МР 2.4.0179-20. Утверждены Руководителем Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, Главным государственным санитарным врачом РФ А.Ю. Поповой 18.05.2020 г. (Примерное меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов. Вариант № 1)
3. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях.  
Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. - М.:ДеЛи плюс, 2015 года

Сезон: осенне - зимний

Возрастная категория: 7-10 лет

День: понедельник  
Неделя: первая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
175	Каша «Дружба» молочная с маслом слив. (рис, пшено)	250	6,09	9,8	31,32	237,5	0,08	0,65	16,7	-	13,7	144,5	30,9	0,6
382	Какао с молоком	180	5,9	1,2	17,1	85,3	0,05	1,2	21,96	-	119,9	112,1	23,0	1,8
б/н	Бутерброд:													
	<i>батон нарезной</i>	30,0	2,25	0,84	15,51	85,8	0,3	-	-	0,39	6,9	26,1	9,9	0,33
16	<i>колбаса полукопченая</i>	20,0	3,0	8,0	0,06	84,6	0,04	-	-	1,2	5,2	40,4	5,0	0,44
б/н	Вафли	30,0	0,84	7,36	15,3	139,16	0,04	-	28,8	0,52	50,0	34,8	6,0	0,4
	Соль йодированная	1												
<b>ИТОГО:</b>		510	18,08	27,2	79,29	632,36	0,51	1,85	67,46	2,11	195,7	357,9	74,8	3,57

День: вторник  
Неделя: первая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
403	Оладьи с повидлом	150/50	10,7 / 0,12	11,23	68,44 / 19,5	418,0 / 75,0	0,01	1,61 / 0,15	-	-	110,18 / 4,2	-	47,77 / 2,0	2,3 / 0,3
377	Чай с сахаром и лимоном	180/5	0,12	0,02	9,18	27,3	-	2,55	-	0,01	13,78	3,96	2,16	0,32
б/н	Шоколад «Аленка»	15,0	1,05	5,1	7,5	82,5								
338	Фрукты (Яблоко, или киви, или банан, или груша)	100	0,4	0,4	9,8	47,0	0,03	10,0	-	0,20	16,0	11,0	9,0	2,20
	Соль йодированная	1												
<b>ИТОГО:</b>		500	12,39	16,75	118,92	649,8	0,04	14,31	-	0,21	144,16	17,66	61,03	5,12

День: среда  
Неделя: первая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)			Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
12	Жаркое по-домашнему с мясом птицы	250,0	14,75	11,35	22,32	244,8	0,1	8,8	2,6	0,4	40,0	5,07	50,8	4,9
379	Кофейный напиток	180,0	2,85	2,41	10,76	74,94	0,03	1,17	18,0	-	113,2	81,0	12,6	0,11
б/н	Хлеб ржаной	40,0	1,8	0,4	5,2	56,0	0,04	-	-	0,48	12,2	56,4	13,2	1,6
б/н	Зефир	30,0	0,36	0,06	35,91	146,7	0,03	4,5	-	0,04	11,25	5,4	2,7	0,63
	Соль йодированная	1												
<b>ИТОГО:</b>		<b>500</b>	<b>19,76</b>	<b>10,62</b>	<b>77,72</b>	<b>503,24</b>	<b>0,2</b>	<b>14,47</b>	<b>20,6</b>	<b>0,92</b>	<b>176,65</b>	<b>147,87</b>	<b>79,3</b>	<b>7,24</b>

День: четверг  
Неделя: первая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)			Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
223	Пудинг творожно-рисовый с повидлом	150/30	20,2/0,08	14,1	30,3/10,2	343,6/45,0	0,05/0,01	0,40/0,08	108,3	0,7	191,7/2,0	320,4/35,3	35,3/1,5	1,2/0,12
376	Чай с сахаром	180	0,1	0,02	6,3	25,78	-	1,44	-	-	13,78	3,96	2,16	0,3
б/н	Бутерброд:	30	2,25	0,84	15,51	85,8	0,3	-	+	0,39	6,9	26,1	9,9	0,33
15	сыр	15	3,48	4,43	-	54	0,01	0,11	39,0	0,08	132,0	75,0	5,25	0,15
14	масло сливочное	5,0	0,04	3,62	0,06	33	-	-	20,0	0,05	1,2	1,5	-	0,1

338	Фрукты(Яблоко,или киви, или банан, или Груша)	100	0,4	0,4	9,8	47,0	0,03	10,0	-	0,20	16,0	11,0	9,0	2,20
	Соль йодированная	1												
	<b>ИТОГО:</b>	<b>510</b>	<b>26,55</b>	<b>23,41</b>	<b>72,17</b>	<b>634,18</b>	<b>0,4</b>	<b>12,03</b>	<b>167,3</b>	<b>1,42</b>	<b>364,58</b>	<b>439,26</b>	<b>63,11</b>	<b>7,45</b>

День: пятница  
Неделя: первая

№ рецептуры	150% Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)			Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
309	Макаронны отварные с маслом сливочным	150	5,53	5,12	26,5	174,25	0,06	-	-	0,97	6,06	37,17	21,12	1,12
294	Тефтели мясные	90/50/40/	12,7	9,29	12,17	183,72	0,04	3,87	32,87	3,29	62,33	-	47,59	1,09
377	Чай с лимоном и сахаром	180/5	0,12	0,02	9,18	27,3	-	2,83	-	0,01	14,20	4,40	2,40	0,36
418	Бантик из слоеного теста	50,0	3,05	2,9	22,93	127,9	0,034	-	-	-	6,0	27,3	4,17	0,35
б/н	Хлеб ржаной	25	1,9	0,7	12,85	71,4	0,25	-	-	0,3	5,75	21,75	8,3	0,3
	Соль йодированная	1												
	<b>ИТОГО:</b>	<b>500</b>	<b>23,3</b>	<b>18,03</b>	<b>83,63</b>	<b>584,57</b>	<b>0,38</b>	<b>6,7</b>	<b>32,87</b>	<b>4,57</b>	<b>94,34</b>	<b>90,62</b>	<b>83,58</b>	<b>3,22</b>

День: понедельник  
Неделя: вторая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)			Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
174	Каша вязкая молочная рисовая (с маслом сливочным)	200	5,93	4,2	42,8	233,8	0,06	0,96	14,8	0,12	128,24	154,4	36,48	0,4
382	Какао с молоком	180	5,9	1,2	16,2	81,4	0,05	1,2	21,96	-	119,9	112,1	23,0	1,8
б/н	Бутерброд:	30	2,25	0,84	15,51	85,8	0,3	-	-	0,39	6,9	26,1	9,9	0,33
16	Колбаса полукопченая	20	3,0	8,0	0,06	84,6	0,04	-	-	1,2	5,2	40,4	5,0	0,44



338	Фрукты(Яблоко,или киви, или банан, или Соль йодированная	100	0.40	0.40	9.80	47.00	0,03	10.00	-	0.20	16.00	11.00	9.00	2.20
		1												
	<b>ИТОГО:</b>	530	17,48	14,64	84,4	532,6	0,48	12,16	36,76	1,91	276,24	344,0	83,38	5,17

День: вторник

Неделя: вторая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)			Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
35	Плов с курицей,	250	25,38	24,44	44,67	500,75	0,08	1,26	60,0	-	56,38	249,13	59,38	2,74
376	Чай с сахаром	180	0,1	0,02	6,3	25,78	-	1,44	-	-	13,78	3,96	2,16	0,3
б/н	Хлеб ржаной	20	0,9	0,4	5,2	28	0,02	-	-	0,24	6,1	28,2	6,6	0,8
	Бутерброд:													
б/н	Батон нарезной	30	2,25	0,84	15,51	85,8	0,3	-	-	0,39	6,9	26,1	9,9	0,33
15	сыр	15	3,48	4,43	-	54,0	0,01	0,11	39,0	0,08	13,20	75,0	5,25	0,15
14	Масло сливочное	5,0	4,04	3,62	0,06	33,0	-	-	20,0	0,05	1,2	1,5	-	0,1
б/н	Вафли	15	0,42	3,68	7,65	69,58	0,02	-	14,4	0,26	25,0	17,4	3,0	0,2
	Соль йодированная	1												
	<b>ИТОГО:</b>	515	36,57	37,43	79,39	796,91	0,41	2,81	133,4	0,78	116,46	373,09	79,69	3,82

День: среда

Неделя: вторая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)			Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
204	Макаронны отварные с сыром	150/20	10,16	12,5	25,6	256,6	0,06	0,17	86,4	0,8	221,4	151,6	15,24	0,9
379	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	10,76	74,94	0,04	1,3	20,0	-	125,78	90,0	11,0	0,13
	Бутерброд													
Б/н	Батон нарезной	30	2,25	0,84	15,51	85,8	0,3	-	-	0,39	6,9	26,1	9,9	0,33
16	Колбаса полукопченая	20	3,0	8,0	0,06	84,6	0,04	-	-	1,2	5,2	40,4	5,0	0,44
338	Фрукты(Яблоко,или киви, или банан, или груша)	100	0,4	0,4	9,8	47,0	0,03	10,0	-	0,20	16,0	11,0	9,0	2,20



**Основные показатели в пищевых веществах и энергетической ценности**  
(к СанПиН 2.3/2.4.3590-20)

Основные показатели	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Б	Ж	У	
1 день	18,08	27,2	79,29	632,36
2 день	12,39	16,75	118,92	649,8
3 день	19,76	10,62	77,72	503,24
4 день	26,55	23,41	72,17	634,18
5 день	23,3	18,03	83,63	584,57
6 день	17,48	14,64	84,4	532,6
7 день	36,57	37,43	79,39	796,91
8 день	18,66	24,15	60,73	548,94
9 день	21,06	38,51	55,68	636,25
10 день	14,66	13,19	56,16	363,63
<b>Итого за весь период:</b>	<b>208,51</b>	<b>223,93</b>	<b>768,09</b>	<b>5882,48</b>
<b>Итого в среднем за 1день (прием пищи):</b>	<b>20,85</b>	<b>22,39</b>	<b>76,8</b>	<b>588,24</b>
Завтрак – 20-25% от нормы	20-25% - от нормы - 77,00, составит 15,40 – 19,25	20-25% - от нормы - 79,00, составит 15,80 – 19,75	20-25% - от нормы - 335,00, составит 67,00 – 83,75	20-25% - от нормы - 2350,00, составит 470,00 – 587,50

## **Основное меню обедов для обучающихся 1-4-х классов**

**Основание:**

1. Санитарно-эпидемиологические правила и нормы СанПиН 2.3/2.4.3590-20. Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020г. №32
2. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях.  
Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. - М.:Делта плюс, 2015 года.

**Сезон:** осенне - зимний

**Возрастная категория:** 7-10 лет



День: понедельник  
Неделя: первая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
71	Овощи свежие (огурец)	60	0,42	0,06	1,14	7,20	0,02	-	2,94	-	0,06	10,20	18,00	8,40	0,30
102	Суп с бобовыми (горох) на курином бульоне	200	6,7	1,9	18,8	119,1	0,19	-	0,64	-	14,24	33,9	61,1	23,7	1,7
255	Печень «по-строгановски»	90	13,09	15,10	2,59	198,90	0,02	-	0,83	-	2,35	19,63	138,7	19,82	2,75
304	Рис отварной		3,65	5,37	36,68	209,7	0,03	-	-	-	0,28	1,37	60,95	16,34	0,53
388	Напиток из шиповника	180	0,61	0,25	18,68	79,38	0,01	-	90,00	-	0,68	19,21	3,09	3,10	0,50
б/н	Батон нарезной	20	1,50	0,56	10,28	57,20	0,20	-	-	-	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22
б/н	Хлеб ржаной	30	2,10	0,60	11,70	63,00	0,06	-	-	-	0,54	13,80	63,60	15,00	1,86
	Соль йодированная	1													
<b>ИТОГО:</b>			<b>730</b>	<b>23,82</b>	<b>111,93</b>	<b>792,98</b>	<b>0,53</b>		<b>94,41</b>		<b>18,41</b>	<b>102,71</b>	<b>362,84</b>	<b>92,96</b>	<b>7,86</b>

День: вторник  
Неделя: первая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
52	Салат из свеклы с р/м	60	0,85	3,61	4,96	55,68	0,01	-	3,99	-	1,62	21,28	24,38	12,42	0,79
88	Щи из свежей капусты на курином бульоне	200	4,96	4,25	13,8	113,29	0,06/	-	12,89	10,50	1,92	40,60	64,85	17,70	0,66
294	Котлета рубленая (из мяса птицы)	90 (50/40)	15,69	15,08	14,65	257,40	0,17	-	0,81	30,26	61,56	53,79	72,00	19,98	3,26
312	Картофельное пюре	150	3,06	4,80	20,44	137,25	0,14	-	18,16	-	0,18	36,98	86,59	27,75	1,01

349	Компот из сухофруктов	180	0,58	0,07	28,8	119,52	0,01	0,657	-	0,4	29,2	21,0	15,7	0,6
б/н	Батон нарезной	30	2,25	0,84	15,42	85,8	0,3	-	-	0,39	6,9	26,1	9,9	0,33
б/н	Хлеб ржаной	30	2,10	0,60	11,70	63,00	0,06	-	-	0,54	13,80	63,60	15,00	1,86
	Соль йодированная													
	<b>ИТОГО:</b>	<b>740</b>	<b>29,49</b>	<b>29,25</b>	<b>109,7</b>	<b>831,94</b>	<b>0,75</b>	<b>36,51</b>	<b>40,76</b>	<b>66,61</b>	<b>202,55</b>	<b>385,52</b>	<b>118,45</b>	<b>8,51</b>

День: среда

Неделя: первая

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)			Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
б/н	Салат: помидор порционный	60	0,66	0,12	2,28	13,2	-	10,5	-	-	8,4	-	12	0,52
103	Суп картофельный с вермишелью (на курином бульоне)	200	2,15/ 3,54	2,27/ 0,29	13,97/ 0,06	94,60/ 16,95	0,09/ 0,01	6,60/ 0,27	10,5-	1,14/ 0,03	23,36/ 1,2	54,06/ 25,65	21,82/ 12,9	0,90/ 0,21
256	Мясо тушеное (свинина)	100 (50/50)	10,58	28,17	2,56	305	0,01	1,33	-	-	-	-	-	-
302	Каша рассыпчатая (греча)	150	8,68	9,72	38,70	276,75	0,21	-	-	0,61	16,20	203,93	135,83	5,57
342	Компот из свеж. яблок	180	0,14	0,14	21,5	87,84	0,01-	1,6	-	0,06-	18,3	17,4	7,3	0,4
б/н	Батон нарезной	20	1,50	0,56	10,28	57,20	0,20	-	-	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22
б/н	Хлеб ржаной	30	2,10	0,60	11,70	63,00	0,06	-	-	0,54	13,80	63,60	15,00	1,86
	Соль йодированная	1												
	<b>ИТОГО:</b>	<b>740</b>	<b>29,35</b>	<b>41,87</b>	<b>101,05</b>	<b>914,54</b>	<b>0,59</b>	<b>20,3</b>	<b>10,5</b>	<b>2,64</b>	<b>85,86</b>	<b>382,04</b>	<b>249,7</b>	<b>14,55</b>

День: четверг

Неделя: первая

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)			Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
55	Салат из свеклы с соевым соусом,	60	0,8	3,5	3,9	51,1	-	1,9	-	1,7	16,4	21,5	10,2	0,6
84	Борщ с картофелем, фасолью на кур. бульоне	200	2,84/ 3,54	4,09/ .29	11,33/ 0,06	102,20/ 16,95	0,08/ 0,01	5,36/ 0,27	-/ 10,50	1,94/ 0,03	43,34/ 1,20	79,60/ 25,65	27,56/ 12,90	1,73/ 0,21
291	Плов из мяса птицы	180	15,2	7,6	32,1	235,0	0,06	5,4	36,0	2,16	67,5	49,6	3,7	1,8
349	Компот из сухофруктов	180	0,58	0,07	28,8	119,52	0,01	0,657	-	0,4	29,2	21,0	15,7	0,6
б/н	Батон нарезной	20	1,50	0,56	10,28	57,20	0,20	-	-	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22
б/н	Хлеб ржаной	30	2,10	0,60	11,70	63,00	0,06	-	-	0,54	13,80	63,60	15,00	1,86

338	Фрукт свежий (яблоко, банан, др.)	100	0.40	0.40	9.80	47.00	0.03	10.00	-	0.20	16.00	11.00	9.00	2.20
	Соль йодированная	1												
	<b>ИТОГО:</b>	<b>770</b>	<b>26,96</b>	<b>17,11</b>	<b>107,97</b>	<b>691,97</b>	<b>0,46</b>	<b>23,59</b>	<b>48,66</b>	<b>5,31</b>	<b>177,14</b>	<b>273,95</b>	<b>90,8</b>	<b>8,82</b>

День: пятница  
Неделя: первая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)		Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)			Минеральные вещества (мг.)					
			Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
47	Салат из квашеной капусты или свежей белокоч. капусты	60	1,02	3,00	5,07	51,42	0,01	11,89	-	9,24	31,35	20,37	9,61	0,40
45		60	0,78	1,9	3,9	36,24		10,3						
99/105	Суп овощной с мясными фрикадельками (из свинины)	200,0/40	1,44/7,9	4,21/4,7	8,55/0,3	84,68/78,4	0,06/0,01	8,30/0,89	-/	1,86/0,13	27,88/2,38	39,42/41,53	16,60/2,37	0,62/0,09
234	Котлета рыбная	90	11,63	7,38	14,13	120,00	-	0,57	8,39	4,38	64,67	154,64	37,35	1,32
312	Картофельное пюре	150	3,06	4,80	20,44	137,25	0,14	18,16	-	0,18	36,98	86,59	27,75	1,01
388	Напиток из шиповника	180	0,6	0,24	18,63	79,4	0,01	90,0	-	0,6	19,2	3,06	3,06	0,5
б/н	Батон нарезной	20	1,50	0,56	10,28	57,20	0,20	-	-	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22
б/н	Хлеб ржаной	30	2,10	0,60	11,70	63,00	0,06	-	-	0,54	13,80	63,60	15,00	1,86
	Соль йодированная													
	<b>ИТОГО:</b>	<b>770</b>	<b>29,25</b>	<b>25,49</b>	<b>89,1</b>	<b>671,35</b>	<b>0,49</b>	<b>129,81</b>	<b>8,39</b>	<b>17,19</b>	<b>200,86</b>	<b>426,61</b>	<b>118,34</b>	<b>6,02</b>
			<b>29,01</b>	<b>24,39</b>	<b>87,93</b>	<b>656,17</b>		<b>128,22</b>						

День: понедельник  
Неделя: вторая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)		Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)			Минеральные вещества (мг.)					
			Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
б/н	Салат из кабачковой икры	60	1,6	4,3	8,7	80,28	0,01	2,8	-	-	54,6	-	10,86	0,4
81	Борщ на кур. бульоне	200	4,90	4,63	7,02	94,81	0,03	9,02	17,61	1,95	46,70	55,34	31,67	1,10
243	Сосиска отварная	50	6,56	14,30	6,23	157,20	0,11	-	-	0,24	19,32	95,40	12,00	0,96
309	Макароны отварные	150	5,60	8,15	26,51	201,45	0,06	-	-	0,97	6,06	37,17	21,12	1,12
346	Компот из апельсина и мандарин	180	0,4	0,09	30,59	127,1	-	0,9	-	-	14,18	-	5,14	0,95
б/н	Батон нарезной	20	1,50	0,56	10,28	57,20	0,20	-	-	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22

б/н	Хлеб ржаной	30	2.10	0.60	11.70	63.00	0.06	-	-	0.54	13.80	63.60	15.00	1.86
б/н	вафли	15	0.42	3.68	7.65	69.58	0.02	14,4	0,26		25,0	17,4	3,0	0,2
	Соль йодированная	1												
	<b>ИТОГО:</b>	<b>705</b>	<b>21.68</b>	<b>32.05</b>	<b>94.64</b>	<b>744,6</b>	<b>0.47</b>	<b>15,62</b>	<b>17,61</b>	<b>3,96</b>	<b>125,75</b>	<b>293,49</b>	<b>104,07</b>	<b>7,01</b>

День: вторник

Неделя: вторая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)			Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
59	Салат из моркови с яблоком	60	0,63	0,1	5,1	23,94	0,03	2,6		0,2	14,39	26,7	18,2	0,6
103	Суп картофельный с вермишелью (на курином бульоне)	200	2.15/ 3.54	2.27/ 0.29	13.97/ 0.06	94.60/ 16.95	0.09/ 0.01	6.60/ 0.27	-/ 10.50	1.14/ 0.03	23.36/ 1.20	54.06/ 25.65	21.82/ 12.90	0.90/ 0.21
290	Птица тушеная в соусе	90(60/3)	8.87	18.01	2.81	128.00	0.03	0.53	23.44	0.39	23.87	60.24	12.48	0.83
302	Каша рассыпчатая (гречка)	150	8.68	9.72	38.70	276.75	0.21	-	-	0.61	16.20	203.93	135.83	5.57
349	Компот из сухофруктов	180	0.58	0.07	28.8	119.52	0.01	0.657	-	0.4	29.2	21.0	15.7	0.6
б/н	Батон нарезной	20	1.50	0.56	10.28	57.20	0.20	-	-	0.26	4.60	17.40	6.60	0.22
б/н	Хлеб ржаной	30	2.10	0.60	11.70	63.00	0.06	-	-	0.54	13.80	63.60	15.00	1.86
	Соль йодированная	1												
	<b>ИТОГО:</b>	<b>730</b>	<b>28.05</b>	<b>31.62</b>	<b>111.42</b>	<b>779,96</b>	<b>0.64</b>	<b>10,66</b>	<b>33,94</b>	<b>3,57</b>	<b>126,62</b>	<b>472,58</b>	<b>238,53</b>	<b>10,79</b>

День: среда

Неделя: вторая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)			Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
47	Салат из квашеной капусты или свежей белокоч. капусты	60	1.02	3.00	5.07	51.42	0.01	11.89	-	9.24	31.35	20.37	9.61	0.40
45		60	0.78	1.9	3.9	36,24		10,3						
99	Суп овощной (на курином бульоне) со сметаной	200	4,8	4,28	7,38	93,15	0,07	8,57	10,50	1,91	29,08	65,07	29,5	0,83
259	Жаркое по-домашнему со свинойной	200	14,08	33,68	18,8	437,7	0,1	7,72	2,6	0,4	40,1	5,07	50,8	4,9
342	Компот из свежих плодов (яблок)	180	0,14	0,14	21,5	87,84	0,01-	1,6	-	0,06-	18,3	17,4	7,3	0,4
б/н	Батон нарезной	20	1.50	0.56	10.28	57.20	0.20	-	-	0.25	4.60	17.40	6.60	0.22



б/н	Хлеб ржаной	30	2.10	0.60	11.70	63.00	0.06	-	-	0.54	13.80	63.60	15.00	1.86
б/н	Сушки	15	1,65	0,3	10,80	52,50								
	Соль йодированная	1												
	<b>ИТОГО:</b>	<b>705,0</b>	<b>25,29</b> <b>25,05</b>	<b>42,56</b> <b>41,46</b>	<b>85,53</b> <b>84,36</b>	<b>842,81</b> <b>827,63</b>	<b>0,45</b>	<b>13,1</b>	<b>29,78</b> <b>28,19</b>	<b>12,41</b>	<b>137,23</b>	<b>188,91</b>	<b>118,81</b>	<b>8,61</b>

День: четверг

Неделя: вторая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
67	Винегрет	60	0,85	6,0	0,43	75,06	0,03	5,7	-	2,7	18,7	25,9	11,7	0,5
88	Щи из свежей капусты с картофелем на кур бульоне	200/10	4,96	4,25	13,8	113,29	0,06	12,89	10,5	1,92	40,6	64,85	30,6	0,87
297	Фрикадельки (птица) с соусом	90 (60/30)	12,27	11,89	7,18	185,40	0,03	0,91	35,82	0,18	41,41	93,69	12,97	0,84
304	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,70	0,03	-	-	0,28	1,37	60,95	16,34	0,53
349	Компот из сухофруктов	180	0,58	0,07	28,8	119,52	0,01	0,657	-	-0,4	29,2	21,0	15,7	0,6
б/н	Батон нарезной	20	1,50	0,56	10,28	57,20	0,20	-	-	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22
б/н	Хлеб ржаной	30	2,10	0,60	11,70	63,00	0,06	-	-	0,54	13,80	63,60	15,00	1,86
	Соль йодированная	1												
	<b>ИТОГО:</b>	<b>740</b>	<b>25,91</b>	<b>28,74</b>	<b>108,87</b>	<b>823,17</b>	<b>0,42</b>	<b>20,16</b>	<b>46,32</b>	<b>6,28</b>	<b>149,68</b>	<b>346,79</b>	<b>108,91</b>	<b>4,42</b>

День: пятница

Неделя: вторая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
46	Салат из белокочанной капусты с яблоком	60	1,56	6,2	13,5	115,8	0,02	10,37	17,76	1,74	19,93	29,89	9,03	0,52
96	Рассольник «Ленинградский» на курином бульоне	200	5,15	4,36	9,64	102,75	0,08	6,97	10,50	1,91	24,52	71,03	32,24	0,95
278	Тефтели из мяса птицы	90 (50/40)	15,69	15,08	14,65	257,4	0,02	0,81	-	2,35	19,63	138,7	19,82	2,75
309	Макароны отварные	150	5,60	8,15	26,51	201,45	0,06	-	-	0,97	6,06	37,17	21,12	1,12
388	Напиток из шиновника	180	0,6	0,24	18,63	79,4	0,01	90,0	-	0,6	19,2	3,06	3,06	0,5

б/н	Батон нарезной	20	1.50	0.56	10.28	57.20	0.20	-	4.60	17.40	6.60	0.22
б/н	Хлеб ржаной	30	2.10	0.60	11.70	63.00	0.06	-	13.80	63.60	15.00	1.86
	Соль йодированная	1										
<b>Итого:</b>		<b>730</b>	<b>30,64</b>	<b>28,99</b>	<b>91,41</b>	<b>761,2</b>	<b>0,45</b>	<b>97,78</b>	<b>107,74</b>	<b>360,85</b>	<b>106,87</b>	<b>7,92</b>

**Основные показатели в пищевых веществах и энергетической ценности  
(Приложение №10 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20)**

Дни по меню	Основные показатели	Пищевые вещества (г)			У	Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У		
1 день		28,07	23,84	99,87	734,48	
2 день		29,49	29,25	109,77	831,94	
3 день		29,35	41,87	101,5	914,54	
4 день		26,96	17,11	107,97	691,97	
5 день		29,25	25,49	89,1	671,35	
6 день		21,68	32,05	94,64	744,6	
7 день		28,05	31,62	111,42	779,96	
8 день		25,29	42,56	85,53	842,81	
9 день		25,91	28,74	108,87	823,17	
10 день		30,64	28,99	91,41	761,2	
<b>Итого за весь период:</b>		<b>274,69</b>	<b>301,52</b>	<b>1000,08</b>	<b>7796,02</b>	
<b>Итого в среднем за 1 день (прием пищи):</b>		<b>27,4</b>	<b>30,1</b>	<b>100,0</b>	<b>779,6</b>	
<b>Обед - 30-35% от нормы</b>		30-35% - от нормы - 77,00, составит 23,10 - 26,95	30-35% - от нормы - 79,00, составит 23,70 - 27,65	30-35% - от нормы - 335,00, составит 100,50 - 117,25	30-35% - от нормы - 2350,00, составит 705,00 - 822,50	

«СОГЛАСОВАНО»

Директор \_\_\_\_\_

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ года.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор \_\_\_\_\_

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ года.

## Дополнительная

## мера социальной поддержки обучающихся из малоимущих семей 1-4 классов

### Основание:

1. Санитарно-эпидемиологические правила и нормы СанПиН 2.3/2.4.3590-20. Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020г. №32
2. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях.  
Под ред. М.П.Могильного и В.А.Гутельяна. - М.:ДеЛи шпос, 2015 года.

Сезон: осенне - зимний

Возрастная категория: 7-10 лет

### 10-ти дневное меню на 40 рублей

№ п/п	Наименование	Вес гр
<b>1 неделя</b>		
<b>1 день (понедельник)</b>		
1	Сок	0,2
2	Булочка Школьная	50
<b>итого</b>		
<b>2 день (вторник)</b>		
1	Чай с сахаром	180
2	Пицца	80
<b>итого</b>		
<b>3 день (среда)</b>		
1	Молочный коктейль	200
<b>итого</b>		
<b>4 день (четверг)</b>		
1	Сок	0,2
2	Плюшка с сахаром	50
<b>итого</b>		
<b>5 день (Пятница)</b>		
1	Чай с сахаром	180
2	Сосиска в тесте	90
<b>итого</b>		
<b>2 неделя</b>		
<b>6 день (Понедельник)</b>		
1	Чай с сахаром	180
2	Бантик слоеный	90
<b>итого</b>		
<b>7 день (вторник)</b>		
1	Сок	0,2
2	Булочка Домашняя	50
<b>итого</b>		
<b>8 день (среда)</b>		
1	Чай с сахаром	180
2	Печенье	50-60
<b>итого</b>		
<b>9 день (четверг)</b>		
1	Чай с сахаром	180
2	Сосиска в тесте	90
<b>итого</b>		
<b>10 день (пятница)</b>		
1	Чай с сахаром	180
2	Пицца	80
<b>итого</b>		



Приложение №1.4. к заданию на оказание услуг

«СОГЛАСОВАНО»

Директор \_\_\_\_\_

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_

20 \_\_\_\_\_

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор \_\_\_\_\_

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_

20 \_\_\_\_\_

## Дополнительная мера социальной поддержки обучающихся из малоимущих семей с 5-11 класс

Основание:

1. Санитарно-эпидемиологические правила и нормы СанПиН 2.3/2.4.3590-20. Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020г. №32
2. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Под ред. М.П.Могильного и В.А.Гутельяна. - М.:Дели плюс, 2015 года.

Сезон: осенне - зимний

Возрастная категория: 12- и старше лет

День: понедельник  
Неделя: первая

№ порции	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)			Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
71	Овощи свежие (огурец)	100	0,70	0,10	1,90	8,00	0,03	4,90	-	0,10	17,00	30,00	14,00	0,50
102	Суп с бобовыми (горох) на курином бульоне	250	8,4	2,4	23,5	149,9	0,23	0,8		17,8	42,3	76,6	29,6	2,1
255	Печень по-строгановски	100	17,44	16,77	2,9	221,0	0,22	1,0	15,3	2,6	21,8	154,0	22,20	3,63
309	Рис отварной	180	4,05	5,96	40,75	233,0	0,05	-	-	0,4	1,5	67,72	37,7	0,58
388	Напиток из шиповника	180	0,61	0,25	18,68	79,38	0,01	90,00		0,68	19,21	3,09	3,10	0,50
б/н	Батон нарезной	20	1,50	0,56	10,28	57,20	0,20	-	-	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22
б/н	Хлеб ржаной	30	2,10	0,60	11,70	63,00	0,06	-	-	0,54	13,80	63,60	15,00	1,86
	Соль йодированная	1												
	<b>ИТОГО:</b>	<b>860</b>	<b>34,8</b>	<b>26,64</b>	<b>109,71</b>	<b>811,48</b>	<b>0,8</b>	<b>96,70</b>	<b>15,3</b>	<b>22,38</b>	<b>120,21</b>	<b>412,41</b>	<b>128,2</b>	<b>9,39</b>

День: вторник  
Неделя: первая

№ порции	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)			Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
52	Салат из свеклы с р/масл.	100	0,94	4,01	5,5	61,87	0,01	4,4	-	1,8	23,6	27,1	13,8	0,87
88	Щи из свежей капусты на курином бульоне	250	6,2	5,3	17,25	141,6	0,07	16,1	13,1	2,4	50,75	81,1	22,1	0,8
294	Котлеты рубленые (из мяса птицы)	100	17,4	16,7	16,2	285,5	0,9	0,9	33,6	68,4	59,76	80,0	22,2	3,6
312	Картофельное пюре	180	3,7	5,3	22,7	164,7	0,17	21,8	-	0,2	44,4	103,9	33,3	1,2
349	Компот из сухофруктов)	180	0,58	0,07	28,8	119,52	0,01	0,65	-	0,4	29,2	21,0	15,7	0,6
б/н	Батон нарезной	20	1,50	0,56	10,28	57,20	0,20	-	-	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22

б/н	Хлеб ржаной	30	2,10	0,60	11,70	63,00	0,06	-	-	0,54	13,80	63,60	15,00	1,86
	Соль йодированная	1												
	<b>ИТОГО:</b>	<b>860</b>	<b>32,42</b>	<b>32,54</b>	<b>112,4</b>	<b>893,39</b>	<b>1,42</b>	<b>43,85</b>	<b>46,7</b>	<b>74,0</b>	<b>181,11</b>	<b>394,1</b>	<b>128,7</b>	<b>9,15</b>

День: среда  
Неделя: первая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)			Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
б/н	Помидор порционный	100	1,1	0,2	3,8	22	0,03	29,7	-	-	14	-	20,0	-
103	Суп картофельный с вермишелью (на курином бульоне)	250	6,22	3,12	17,52	135,20	0,12	8,52	10,50	1,45	30,40	93,22	40,17	1,33
256	Мясо тушеное (свинина)	100 (50/50)	10,58	28,17	2,56	305	0,01	1,33						
302	Каша рассыпчатая (греча)	180	10,42	11,66	46,44	332,10	0,25	-	-	0,73	23,06	203,93	162,99	6,68
342	Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	21,5	87,84	0,01	1,6	-	0,06	18,3	17,4	7,3	0,4
б/н	Батон нарезной	20	1,50	0,56	10,28	57,20	0,20	-	-	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22
б/н	Хлеб ржаной	30	2,10	0,60	11,70	63,00	0,06	-	-	0,54	13,80	63,60	15,00	1,86
	Соль йодированная	1												
	<b>ИТОГО:</b>	<b>860</b>	<b>32,06</b>	<b>44,45</b>	<b>113,8</b>	<b>1002,34</b>	<b>0,69</b>	<b>41,15</b>	<b>10,5</b>	<b>3,04</b>	<b>104,16</b>	<b>395,55</b>	<b>252,06</b>	<b>15,51</b>

День: четверг  
Неделя: первая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)			Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
	Салат свекла с соевым огурцом	100	1,3	5,8	6,5	85,2		3,1	-	2,8	27,3	35,8	17	1
84	Борщ с картофелем, фасолью на кур. бульоне	250	7,10	5,41	14,23	144,70	0,11	6,97	10,50	2,46	55,38	125,15	47,35	1,91
291	Плов из мяса птицы	220	18,5	9,3	39,2	287,2	0,1	6,6	44	3,2	99	60,6	5,4	2,2

349	Компот из сухофруктов	180	0,58	0,07	28,8	119,52	0,01	0,65	-	0,4	29,2	21,0	15,7	0,6
б/н	Батон нарезной	20	1,50	0,56	10,28	57,20	0,20	-	-	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22
б/н	Хлеб ржаной	30	2,10	0,60	11,70	63,00	0,06	-	-	0,54	13,80	63,60	15,00	1,86
	Соль йодированная	1												
	<b>ИТОГО:</b>	800	31,08	21,74	110,71	756,82	0,48	17,32	54,5	9,66	229,28	323,55	107,05	6,79

день: пятница  
едела: первая

№ рецептур	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)		Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)			Минеральные вещества (мг.)					
			Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
47	Салат из квашеной капусты или свежей	100	1,7	5,0	8,45	85,7	0,01	19,8	-	15,4	52,25	33,95	16,0	0,66
45		100	1,3	3,2	6,5	60,4		17,1						
99	Суп овощной с мясными фрикадельками (из свинины)	250	1,58/0,18	4,99/0,22	9,15/1,23	95,25/8,48	0,07/0,01	10,38/0,89	-/	2,33/0,13	34,85/2,38	49,28/41,53	20,75/2,37	0,78/0,09
234	Котлета рыбная	100	12,93	8,20	15,70	187,51	-	0,64	9,33	4,87	71,86	137,46	41,50	1,46
312	Картофельное пюре	180	3,67	5,76	24,53	164,70	0,17	21,79	-	0,22	44,38	103,91	33,30	1,21
388	Напиток из шиповника	180	0,6	0,24	18,63	79,4	0,01	90,0	-	0,6	19,2	3,06	3,06	0,5
б/н	Батон нарезной	20	1,50	0,56	10,28	57,20	0,20	-	-	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22
б/н	Хлеб ржаной	30	2,10	0,60	11,70	63,00	0,06	-	-	0,54	13,80	63,60	15,00	1,86
	Соль йодированная													
	<b>ИТОГО:</b>	860	24,26/23,86	25,57/23,77	99,67/97,72	741,24/715,94	0,53	160,6	9,33	24,35	243,32	450,19	138,58	6,78

День: понедельник  
Неделя: вторая

№ рецептур	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)		Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)			Минеральные вещества (мг.)					
			Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
б/н	Салат из кабачковой икры	100	2,6	7,16	14,5	133,8	0,01	4,7	-	-	91	-	18,1	0,6
81	Борщ на курином бульоне	250	5,22	5,60	7,02	113,06	0,04	11,21	13,71	2,41	46,70	71,75	36,30	1,32
243	Соевиска отварная	50	6,56	14,30	6,23	157,20	0,11	-	-	0,24	19,32	95,40	12,00	0,96



309	Макаронны отварные	180	6,72	9,78	31,81	241,74	0,07	-	-	1,16	7,27	44,60	25,34	1,34
346	Компот из апельсина и мандарин	180	0,4	0,09	30,59	127,1	-	0,9	-	-	14,18	-	5,14	0,95
б/н	Батон нарезной	20	1,50	0,56	10,28	57,20	0,20	-	-	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22
б/н	Хлеб ржаной	30	2,10	0,60	11,70	63,00	0,06	-	-	0,54	13,80	63,60	15,00	1,86
	Соль йодированная	1												
	<b>ИТОГО:</b>	<b>810</b>	<b>25,1</b>	<b>38,09</b>	<b>112,13</b>	<b>893,1</b>	<b>0,49</b>	<b>19,81</b>	<b>13,71</b>	<b>4,61</b>	<b>196,87</b>	<b>292,75</b>	<b>111,88</b>	<b>7,25</b>

День: вторник

Неделя: вторая

№ рецептур	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)			Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
59	Салат из моркови и яблок	100	1,05	0,16	8,5	39,9	0,05	4,3		0,3	23,9	44,5	30,3	1,0
103	Суп картофельный с вермишелью (на курином бульоне)	250	6,22	3,12	17,52	135,20	0,12	8,52	10,50	1,45	30,40	93,22	40,17	1,33
290	Птица тушеная в соусе	100 (70/30)	9,85	20,01	3,12	142,2	0,03	0,58	26,0	0,4	26,5	66,9	13,86	0,9
302	Каша рассыпчатая (гречка)	180	10,42	11,66	46,44	332,10	0,25	-	-	0,73	23,06	203,93	132,99	6,68
349	Компот из сухофруктов	180	0,58	0,07	28,8	119,52	0,01	0,66	-	0,4	29,2	21	15,7	0,6
б/н	Батон нарезной	20	1,50	0,56	10,28	57,20	0,20	-	-	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22
б/н	Хлеб ржаной	30	2,10	0,60	11,70	63,00	0,06	-	-	0,54	13,80	63,60	15,00	1,86
	Соль йодированная	1												
	<b>ИТОГО:</b>	<b>860</b>	<b>31,72</b>	<b>36,18</b>	<b>126,36</b>	<b>889,12</b>	<b>0,72</b>	<b>14,06</b>	<b>36,5</b>	<b>4,08</b>	<b>139,04</b>	<b>445,91</b>	<b>254,62</b>	<b>12,59</b>

нь: среда  
рая

Неделя:

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)			Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
47	Салат из квашеной капусты или свежей кап.	100	1,7	5,00	8,45	85,70	0,01	19,82	-	15,40	52,25	33,95	16,02	0,66
45		100	1,3	3,2	6,5	60,4		17,1						

99	Суп овощной (на курином бульоне)	250	5,13	5,28	9,21	115,20	0,08	10,65	10,50	2,36	36,05	74,93	33,65	0,99
12	Жаркое по-домашнему с мясом свинины	220	23,4	37,05	20,68	481,47	0,11	8,5	2,86	0,44	44,1	5,6	55,8	5,39
342	Компот из свежих плодов яблок	180	0,14	0,14	21,5	87,84	0,01	1,6	-	0,06	18,3	17,4	7,3	0,4
б/н	Батон нарезной	20	1,50	0,56	10,28	57,20	0,20	-	-	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22
б/н	Хлеб ржаной	30	2,10	0,60	11,70	63,00	0,06	-	-	0,54	13,80	63,60	15,00	1,86
б/н	Сушка	15	1,65	0,3	10,8	52,50								
	Соль йодированная	1												
	<b>ИТОГО:</b>	<b>815</b>	<b>35,62</b>	<b>48,93</b>	<b>92,62</b>	<b>942,91</b>	<b>0,47</b>	<b>39,57</b>	<b>13,36</b>	<b>19,06</b>	<b>169,1</b>	<b>143,88</b>	<b>134,37</b>	<b>9,52</b>

ь: четверг

целя: вторая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)			Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
67	Винегрет	100	1,4	10,0	0,7	125,1	0,05	9,5	-	4,5	31,2	43,2	19,5	0,8
88	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	250	5,31	5,24	7,96	106,7	0,07	16,05	10,50	2,38	50,91	74,65	35,03	1,04
297	Фрикадельки (из птицы)	100	13,64	13,21	7,97	206,00	0,03	1,02	39,80	0,20	46,02	104,10	8,01	0,94
304	Рис отварной	180	4,38	6,44	44,02	251,64	0,04	-	-	0,34	1,64	73,14	19,61	0,64
349	Компот сухофруктов	180	0,58	0,07	28,8	119,52	0,01	0,66	-	0,4	29,2	21,0	15,7	0,6
б/н	Батон нарезной	20	1,50	0,56	10,28	57,20	0,20	-	-	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22
б/н	Хлеб ржаной	30	2,10	0,60	11,70	63,00	0,06	-	-	0,54	13,80	63,60	15,00	1,86
	Соль йодированная	1												
	<b>ИТОГО:</b>	<b>860</b>	<b>28,91</b>	<b>36,12</b>	<b>111,43</b>	<b>929,16</b>	<b>0,46</b>	<b>27,23</b>	<b>50,30</b>	<b>8,62</b>	<b>177,37</b>	<b>397,09</b>	<b>119,45</b>	<b>6,01</b>

ь: пятница

целя: вторая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)			Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
46	Салат из белокочанной капусты с яблоком	100	2,5	10,3	22,5	193	0,03	17,28	29,60	2,90	33,21	49,81	15,05	0,86

96	Рассольник «Ленинградский» на кур. б- не	250	5,56	5,38	12,04	124,2	0,1	8,65	10,50	2,38	30,35	82,38	37,08	1,14
278	Тефтели из мяса птицы	100 (50/50)	17,4	16,8	16,3	286,0	0,02	0,9	-	2,6	21,8	154,1	22,02	3,05
309	Макароны отварные	180	6,72	9,78	31,81	241,74	0,07	-	-	1,16	7,27	44,60	25,34	1,34
388	Напиток из шиповника	180	0,60	0,24	18,63	79,4	0,01	90,00	-	0,60	19,2	3,06	3,06	0,50
б/н	Батон нарезной	20	1,50	0,56	10,28	57,20	0,20	-	-	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22
б/н	Хлеб ржаной	30	2,10	0,60	11,70	63,00	0,06	-	-	0,54	13,80	63,60	15,00	1,86
	Соль йодированная	1												
	<b>ИТОГО:</b>	<b>860</b>	<b>36,38</b>	<b>43,66</b>	<b>123,26</b>	<b>1044,54</b>	<b>0,49</b>	<b>116,83</b>	<b>40,1</b>	<b>10,44</b>	<b>130,23</b>	<b>414,95</b>	<b>124,15</b>	<b>8,97</b>

**Основные показатели в пищевых веществах и энергетической ценности**  
(Приложение №10 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20)

Основные показатели	Пищевые вещества (г)			У	Энергетическая ценность (ккал)
	Б	Ж			
Дни по меню					
1 день	34,8	26,64		109,71	811,48
2 день	32,42	32,54		112,4	893,39
3 день	32,06	44,45		113,8	1002,34
4 день	31,08	21,74		110,71	756,82
5 день	24,26	25,57		99,67	741,24
6 день	25,1	38,09		112,13	893,1
7 день	31,72	36,18		126,36	889,12
8 день	35,62	48,93		92,62	942,91
9 день	28,91	36,12		111,43	929,16
10 день	36,38	43,66		123,26	1044,54
Итого за весь период:	<b>312,35</b>	<b>353,92</b>		<b>1112,09</b>	<b>8904,1</b>

<b>Итого в среднем за 1 день (прием пищи):</b>	<b>31,23</b>	<b>35,39</b>	<b>111,2</b>	<b>890,4</b>
Обед – 30-35% от нормы	30% - от нормы - 90,00, составит 27,9	30% - от нормы - 92,00, составит 27,6	30% - от нормы 383,00, составит 114,9	30 - от нормы - 2720,00, составит 816,00

Приложение № 1.7 к заданию на оказание услуг

**Набор пищевых продуктов, используемых при составлении меню для обучающихся образовательных учреждений**

Наименование товара	Сорт, другие требования	Соответствие нормативному документу
1	2	3
Молоко *	Изготовлено из коровьего молока. Питьевое, пастеризованное, ультрапастеризованное. Массовая доля жира: не менее 2,5% и не более 3,2 %. Без растительных жиров и масел.	Соответствие: ТР ТС 033/2013 «О безопасности молока и молочной продукции»; «Единые санитарно-эпидемиологические и гигиенические требования к товарам, подлежащим санитарно-эпидемиологическому надзору (контролю)» №299 от 28.05.2010г.; ТР ТС 029/2012 «Требования безопасности пищевых добавок, ароматизаторов и технологических вспомогательных средств».
Йогурты*	Определен по ТР ТС 033/2013 - йогурт. Массовая доля жира - не менее 2,5 % с наполнителем.	Требования к упаковке: соответствие ТР ТС 022/2011 «Пищевая продукция в части ее маркировки»; ТР ТС 005/2011 «О безопасности упаковки».
Молоко стухшее цельное с сахаром*	Без содержания растительных жиров и масел. Массовая доля молочного жира - не менее 8,5 %	Соответствие: ТР ТС 033/2013 «О безопасности молока и молочной продукции»; «Единые санитарно-эпидемиологические и гигиенические требования к товарам, подлежащим санитарно-эпидемиологическому надзору (контролю)» №299 от 28.05.2010г.; ТР ТС 029/2012 «Требования безопасности пищевых добавок, ароматизаторов и технологических вспомогательных средств».
Молочный коктейль*	Классификация по ГОСТ Р 53914-2010: ультрапастеризованный, с массовой долей жира от 0,5% до 6,0 %. Молочный напиток термически обработан, упакован в потребительскую тару, предназначенную для непосредственного употребления в пищу.	Требования к упаковке: соответствие ТР ТС 022/2011 «Пищевая продукция в части ее маркировки»; ТР ТС 005/2011 «О безопасности упаковки».
Сметана*	Изготовлена из сливок коровьего молока с использованием закваски. Массовая доля жира: не более 15%. Без растительных жиров и масел.	Соответствие: ТР ТС 033/2013 «О безопасности молока и молочной продукции»; «Единые санитарно-эпидемиологические и гигиенические требования к товарам, подлежащим санитарно-эпидемиологическому надзору (контролю)» №299 от 28.05.2010г.; ТР ТС 029/2012 «Требования безопасности пищевых добавок, ароматизаторов и технологических вспомогательных средств».
Сыр*	Тип - полутвердый. Сорт - высший. Массовая доля жира - не менее 45%.	Требования к упаковке: соответствие ТР ТС 022/2011 «Пищевая продукция в части ее маркировки»; ТР ТС 005/2011 «О безопасности упаковки».
Творог	Классификация по ГОСТ 31453-2013: изготовлен из нормализованного молока с использованием заквасочных микроорганизмов. Массовая доля жира – 9%.	Соответствие: ТР ТС 033/2013 «О безопасности молока и молочной продукции»; «Единые санитарно-эпидемиологические и гигиенические требования к товарам, подлежащим санитарно-эпидемиологическому надзору (контролю)» №299 от 28.05.2010г.; ТР ТС 029/2012 «Требования безопасности пищевых добавок, ароматизаторов и технологических вспомогательных средств».
Масло коровье сливочное	Сладко-сливочное (несоленое), без растительных добавок. Сорт по ГОСТ 32261-2013 - высший. Массовая доля жира не менее 72,5 %. Без растительных жиров и масел, консервантов, искусственных красителей, ароматизаторов.	Соответствие: ТР ТС 033/2013 «О безопасности молока и молочной продукции»; «Единые санитарно-эпидемиологические и гигиенические требования к товарам, подлежащим санитарно-эпидемиологическому надзору (контролю)» №299 от 28.05.2010г.; ТР ТС 029/2012 «Требования безопасности пищевых добавок, ароматизаторов и технологических вспомогательных средств».



Файл 341 Проект контракта на базе буфета-раздаточного СОШ 11.docx в информационной системе по адресу <https://app.rts-tender.ru> подписан (удостоверен) следующей электронной подписью:

**Сертификат**

Дата выдачи сертификата:  
25.04.2022 09:37 МСК  
Срок действия сертификата:  
19.07.2023 09:37 МСК  
Номер сертификата:  
64C83BD876382F3BD0E5599C1D2522DE

**Подписавший**

Имя:  
Елена  
Отчество:  
Павловна  
Фамилия:  
Совсткйна  
Организация:  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 11  
Роль:  
Директор  
Email:  
school11-tver@mail.ru  
Местоположение:  
Тверь  
ИНН:  
690402664037  
СНИЛС:  
01620622197

Файл 341 Проект контракта на базе буфета-раздаточного СОП П1.docx в информационной системе по адресу <https://app.rts-tender.ru> подписан (удостоверен) следующей электронной подписью:

**Сертификат**

Дата выдачи сертификата:

29.09.2021 14:11 МСК

Срок действия сертификата:

29.09.2022 14:21 МСК

Номер сертификата:

3110BB00B2AD15A342178E27FCB10119

**Подписавший**

Имя:

Людмила

Отчество:

Александровна

Фамилия:

Османова

Организация:

ООО "ТВЕРСКОЙ КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ"

Роль:

ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР

Email:

tverscompany@yandex.ru

Местоположение:

ГОРОД ТВЕРЬ

ИНН:

6952032014

ОГРН:

1126952004277

СНИЛС:

08917448616