

СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДЕНО:

Директор \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /  
МП

Директор \_\_\_\_\_ /Воловой И.Н./  
МП

**Примерное меню для учащихся, получающих бюджетные средства на питание в размере 5,50 руб.**

Категории:

1. Дети из малообеспеченных семей
2. Дети с нарушениями здоровья, имеющих заболевания, относящиеся к нарушениям состояния здоровья: МКБ 10 IV E 44 и МКБ 10 IV E 45

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет.	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
день 1	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ		<b>2,55</b>	<b>4,01</b>	<b>25,47</b>	<b>148,17</b>	<b>0,03</b>				<b>6,80</b>			<b>0,34</b>
	Пряники	38	1,68	0,98	27,20	124,32	0,03				3,15			0,21
день 2	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ		<b>0,78</b>	<b>6,12</b>	<b>12,50</b>	<b>87,16</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>1,20</b>	<b>0,94</b>	<b>1,20</b>	<b>8,40</b>	<b>1,20</b>	<b>0,12</b>
	Вафли	30	0,78	6,12	12,50	87,16	0,01		1,20	0,94	1,20	8,40	1,20	0,12
день 3	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ		<b>1,91</b>	<b>14,51</b>	<b>15,48</b>	<b>200,07</b>	<b>0,02</b>	<b>12,67</b>	<b>0,00</b>	<b>6,34</b>	<b>47,00</b>	<b>0,29</b>	<b>0,00</b>	<b>1,80</b>
52/17	Салат из свеклы	90	1,91	14,51	15,48	200,07	0,02	12,67		6,34	47,00	0,29		1,80
день 4	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ		<b>1,68</b>	<b>0,98</b>	<b>27,20</b>	<b>124,32</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>3,15</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,21</b>
	Пряники	38	1,68	0,98	27,20	124,32	0,03				3,15			0,21
день 5	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ		<b>2,55</b>	<b>4,01</b>	<b>25,47</b>	<b>148,17</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>6,80</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,34</b>
	Печенье	52	2,55	4,01	25,47	148,17	0,03				6,80			0,34
день 6	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ		<b>0,78</b>	<b>6,12</b>	<b>12,50</b>	<b>87,16</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>1,20</b>	<b>0,94</b>	<b>1,20</b>	<b>8,40</b>	<b>1,20</b>	<b>0,12</b>
	Вафли	30	0,78	6,12	12,50	87,16	0,01		1,20	0,94	1,20	8,40	1,20	0,12
день 7	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ		<b>2,50</b>	<b>0,20</b>	<b>18,23</b>	<b>84,66</b>	<b>0,12</b>	<b>9,60</b>	<b>0,00</b>	<b>0,76</b>	<b>51,99</b>	<b>105,60</b>	<b>72,96</b>	<b>1,36</b>
62/17	Салат из моркови с сахаром	100	2,50	0,20	18,23	84,66	0,12	9,60		0,76	51,99	105,60	72,96	1,36
день 8	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ		<b>1,68</b>	<b>0,98</b>	<b>27,20</b>	<b>124,32</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>3,15</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,21</b>
	Пряники	38	1,68	0,98	27,20	124,32	0,03				3,15			0,21
день 9	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ		<b>0,78</b>	<b>6,12</b>	<b>12,50</b>	<b>87,16</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>1,20</b>	<b>0,94</b>	<b>1,20</b>	<b>8,40</b>	<b>1,20</b>	<b>0,12</b>
	Вафли	30	0,78	6,12	12,50	87,16	0,01		1,20	0,94	1,20	8,40	1,20	0,12
день 10	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ		<b>0,88</b>	<b>2,56</b>	<b>4,97</b>	<b>46,26</b>	<b>0,01</b>	<b>20,50</b>	<b>0,00</b>	<b>1,17</b>	<b>23,03</b>	<b>16,75</b>	<b>9,10</b>	<b>0,32</b>
45/17	Салат из белокочанной капусты	50	0,88	2,56	4,97	46,26	0,01	20,50		1,17	23,03	16,75	9,10	0,32
день 11	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ		<b>2,55</b>	<b>4,01</b>	<b>25,47</b>	<b>148,17</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>6,80</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,34</b>
	Печенье	52	2,55	4,01	25,47	148,17	0,03				6,80			0,34
день 12	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ		<b>0,78</b>	<b>6,12</b>	<b>12,50</b>	<b>87,16</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>1,20</b>	<b>0,94</b>	<b>1,20</b>	<b>8,40</b>	<b>1,20</b>	<b>0,12</b>
	Вафли	30	0,78	6,12	12,50	87,16	0,01		1,20	0,94	1,20	8,40	1,20	0,12
день 13	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ		<b>1,68</b>	<b>0,98</b>	<b>27,20</b>	<b>124,32</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>3,15</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,21</b>
	Пряники	38	1,68	0,98	27,20	124,32	0,03				3,15			0,21
день 14	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ		<b>1,91</b>	<b>14,51</b>	<b>15,48</b>	<b>200,07</b>	<b>0,02</b>	<b>12,67</b>	<b>0,00</b>	<b>6,34</b>	<b>47,00</b>	<b>0,29</b>	<b>0,00</b>	<b>1,80</b>
52/17	Салат из свеклы	90	1,91	14,51	15,48	200,07	0,02	12,67		6,34	47,00	0,29		1,80
день 15	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ		<b>2,55</b>	<b>4,01</b>	<b>25,47</b>	<b>148,17</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>6,80</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,34</b>
	Печенье	52	2,55	4,01	25,47	148,17	0,03				6,80			0,34
день 16	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ		<b>0,78</b>	<b>6,12</b>	<b>12,50</b>	<b>87,16</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>1,20</b>	<b>0,94</b>	<b>1,20</b>	<b>8,40</b>	<b>1,20</b>	<b>0,12</b>
	Вафли	30	0,78	6,12	12,50	87,16	0,01		1,20	0,94	1,20	8,40	1,20	0,12
день 17	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ		<b>2,50</b>	<b>0,20</b>	<b>18,23</b>	<b>84,66</b>	<b>0,12</b>	<b>9,60</b>	<b>0,00</b>	<b>0,76</b>	<b>51,99</b>	<b>105,60</b>	<b>72,96</b>	<b>1,36</b>
62/17	Салат из моркови с сахаром	100	2,50	0,20	18,23	84,66	0,12	9,60		0,76	51,99	105,60	72,96	1,36
день 18	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ		<b>2,55</b>	<b>4,01</b>	<b>25,47</b>	<b>148,17</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>6,80</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,34</b>
	Печенье	52	2,55	4,01	25,47	148,17	0,03				6,80			0,34
день 19	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ		<b>0,88</b>	<b>2,56</b>	<b>4,97</b>	<b>46,26</b>	<b>0,01</b>	<b>20,50</b>	<b>0,00</b>	<b>1,17</b>	<b>23,03</b>	<b>16,75</b>	<b>9,10</b>	<b>0,32</b>
45/17	Салат из белокочанной капусты	50	0,88	2,56	4,97	46,26	0,01	20,50		1,17	23,03	16,75	9,10	0,32
день 20	ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ		<b>0,78</b>	<b>6,12</b>	<b>12,50</b>	<b>87,16</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>1,20</b>	<b>0,94</b>	<b>1,20</b>	<b>8,40</b>	<b>1,20</b>	<b>0,12</b>
	Вафли	30	0,78	6,12	12,50	87,16	0,01		1,20	0,94	1,20	8,40	1,20	0,12
ИТОГОВАЯ ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ПЕРИОД			<b>33,05</b>	<b>94,25</b>	<b>361,31</b>	<b>2298,75</b>	<b>0,60</b>	<b>85,54</b>	<b>7,20</b>	<b>22,18</b>	<b>294,69</b>	<b>295,68</b>	<b>171,32</b>	<b>10,01</b>
СРЕДНЯЯ ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ПЕРИОД			<b>1,65</b>	<b>4,71</b>	<b>31,41</b>	<b>114,94</b>	<b>0,03</b>	<b>4,28</b>	<b>0,36</b>	<b>1,11</b>	<b>14,73</b>	<b>14,78</b>	<b>8,57</b>	<b>0,50</b>