



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ КАЛИНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ

Желябова пер., д. 11, Калининград, 236000, тел. (4012) 592-944
Факс (4012) 592-960, e-mail: minobr39@edu.gov39.ru; https://edu.gov39.ru

15.01.2021 № 167

На № _____ от _____

Главам администраций
муниципальных образований
Калининградской области

Руководителям
муниципальных органов управления
образованием

О направлении примерного меню

Уважаемые господа!

Министерство образования Калининградской области направляет примерное двухнедельное меню для организации питания обучающихся в общеобразовательных организациях для возрастов: от 7 до 11 лет и с 12 лет и старше, для использования в работе при организации закупочных процедур, связанных с услугой по организации питания обучающихся муниципальных общеобразовательных организаций.

Меню прошло санитарно-эпидемиологическую оценку и соответствует установленным нормативам, в том числе по пищевой ценности. Заключение ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Калининградской области» прилагается.

Учитывая, что данное меню разработано с учетом предложений организаторов питания, родительского сообщества, просим ввести его в образовательные организации до 1 февраля 2021 года.

Приложение на _____ л. в 1 экз.

С уважением,

министр образования

С.С. Трусенева



ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ
В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ
И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА

УПРАВЛЕНИЕ ФЕДЕРАЛЬНОЙ СЛУЖБЫ
ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ
ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ
ЧЕЛОВЕКА ПО КАЛИНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ
(УПРАВЛЕНИЕ РОСПОТРЕБНАДЗОРА ПО
КАЛИНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ)

Подполковника Иванникова ул., д. 5, г. Калининград, 236040
Тел.: 8 (4012) 53-69-42, Факс: 8 (4012) 46-34-81
e-mail: Kaliningrad@39.rospotrebnadzor.ru, <http://39.rospotrebnadzor.ru/>
ОКПО 7910930, ОГРН 1053902817792,
ИНН/КПП 3906134200/390601001

14.01.2021 № 39-00-08/04-345-2021

На № _____ от _____

Министерство образования
Калининградской области
Трусенева С.С.

236022, г. Калининград.
Пер. Желябова, 1
minobr39@edu.gov39.ru

Ответ на обращение

Уважаемая Светлана Сергеевна!

Рассмотрев Ваше обращение от 29.12.2020 вх. № 39/04-20394-2020 о согласовании единого примерного 2-х недельного меню для организации питания обучающихся в общеобразовательных организациях для 2-х возрастов (от 7 до 11 лет, с 12 лет и старше) Управление Роспотребнадзора по Калининградской области сообщает.

По результатам санитарно-эпидемиологической экспертизы представленное меню соответствует требованиям СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования».

Приложение: заключение эксперта № М.2768.1237.К.П.14 от 31.12.2020 по гигиенической оценке примерного 2-х недельного меню на 2-х л. в 1 экз., меню на 11 л. в 1-м экз.

Руководитель

Е.А. Бабура

Северин С.П., 53-18-58

**ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И
БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
«ЦЕНТР ГИГИЕНЫ И ЭПИДЕМИОЛОГИИ В КАЛИНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ»**

(ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Калининградской области»)

Фрунзе ул., д. 50, Калининград, 236035

ОГРН 1053902819717, ИНН 3906134513

тел./факс (4012)53-81-45, e-mail: kdfbuz@cge39.ru

Аттестат аккредитации органа инспекции № RA.RU.710068 от 15.06.2015

Адрес места осуществления деятельности:

Фрунзе ул., д. 50, Калининград, 236035

ЗАКЛЮЧЕНИЕ ЭКСПЕРТА № М.2768.1237.К.П.14 от 31.12.2020 г.
по гигиенической оценке примерного 2-х недельного меню для организаций
питания обучающихся в общеобразовательных организациях для 2-х
возрастов (от 7 до 11 лет, с 12 лет и старше)

1. Настоящее заключение выполнено на основании: Направления
Управления Роспотребнадзора по Калининградской области от 30.12.2020г.
№ 530.

2. Для проведения экспертизы представлена документация:

- примерное 2-х недельное меню для организаций питания обучающихся в
общеобразовательных организациях для 2-х возрастов (от 7 до 11 лет, с 12
лет и старше);

**3. Гигиеническая оценка проведена для установления соответствия
(несоответствия):** требованиям раздела VI СанПиН 2.4.5.2409-08
«Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания
обучающихся в общеобразовательных учреждениях начального и среднего
профессионального образования» (далее - СанПиН 2.4.5.2409-08).

4. При проведении экспертизы установлено:

Питание для обучающихся общеобразовательных организаций
организовано в соответствии с примерным 2-х недельным меню с учетом
сезонности (осень, зима, весна) и дифференцированно для 2-х возрастов (от
7 до 11 лет, с 12 лет и старше).

Предусмотрено обеспечение обучающихся горячим питанием два раза в
день (завтрак, обед).

Меню составлено в соответствии с рекомендуемой формой составления
примерного меню, что соответствует п.6.4., приложение 2 СанПиН
2.4.5.2409-08.

В представленном меню приводятся ссылки на рецептуры используемых блюд, информация о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности, включая содержание витаминов и минеральных веществ в каждом блюде, что **соответствует** требованиям п. 6.10. СанПиН 2.4.5.2409-08.

В примерном меню для детей в возрасте от 7 до 11 лет, с 12 лет и старше соблюдены требования настоящих санитарных правил по массе порций блюд, что **соответствует** п.6.9., приложение 3 СанПиН 2.4.5.2409-08.

Завтрак состоит из закуски, горячего блюда, горячего напитка, свежих фруктов, что **соответствует** требованиям п.6.18. СанПиН 2.4.5.2409-08.

Обед включает в себя закуску, первое, второе (основное горячее блюдо из мяса, рыбы или птицы), напиток, что **соответствует** требованиям п.6.19. СанПиН 2.4.5.2409-08.

Распределение калорийности по приемам пищи в течении дня в процентном отношении на обед (25%) и завтрак (35%) составляет 60%, отступления от норм калорийности по отдельным приемам пищи возможно в пределах +/- 5%.

Для предотвращения возникновения и распространения инфекционных и массовых неинфекционных заболеваний (отравлений) и в соответствии с принципами щадящего питания в меню не используются пищевые продукты, блюда и кулинарные изделия, в **соответствии** с требованиями п.6.25. СанПиН 2.4.5.2409-08.

5. Заключение:

Примерное 2-х недельное меню для организаций питания обучающихся в общеобразовательных организациях для 2-х возрастов (от 7 до 11 лет, с 12 лет и старше) **соответствует** требованиям СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях начального и среднего профессионального образования».

Эксперт:
Врач по общей гигиене

А.Г. Алексанова

Утверждаю:
Главный врач



О.П. Михеенко

№ рец.	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
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
0173	Каша овсяная молочная с маслом 1/200	200	6,2	8,34	27,69	210,58	0,14	1,11	0,04	1,02	126,7	177,45	51,7	1,22
0008	Бутерброд ГОРЯЧИЙ с колбасой п/к и сыром 1/30/5/15/10	60	8,06	10,55	15,49	189,07	0,04	0,07	0,04	0,84	108,7	121,2	14,67	0,76
	Печенье весовое	25	1,85	2,35	18,28	101,65	0,03				6,5	21	7,5	0,35
НАП0377	Чай с лимоном	200/15/15	0,23	0,04	14,31	59		3			8	10	5	1
ПЛ0Д338	Апельсины	100	0,4		12,6	52	0,03	10			16	11	9	2,2
	Всего в	Завтрак	16,74	21,28	88,37	612,3	0,24	14,18	0,08	1,86	265,9	340,65	87,87	5,53
59	Обед													
	Салат из моркови с яблоком	60	0,51	3,1	4,4	49,14	0,05	4,14		2,32	12,7	20,38	14,4	0,79
ЩИ00088	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	1/260	2,36	7,14	9,18	110	0,06	22	0,21	0,2	44	53	22	0,8
КУР0294	Котлеты рубленые из птицы	80	14,88	11,36	13,6	216	0,08	12,8	0,11	2,88	47,82	131,2	30,4	2,9
КАШ0171	Каша рассыпчатая рисовая с маслом	150	3,73	8,64	40,27	253	0,26		0,04	0,71	22,86	251,43	168,57	5,71
НАП0390	Компот из сухофруктов	200	1,04		34	140	0,02		0,01	0,5	21	23	16	0,07
ПОРЦ004	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,52	39	0,03				6	26,5	6	0,8
ПОРЦ004	Хлеб пшеничный	30	2,55	0,48	11,1	59	0,08				12,75	75	21	1,2
	Всего в	Обед	26,61	31	120,07	866,14	0,58	38,94	0,37	6,61	167,13	580,51	278,37	12,27
	Всего в	1 неделя пятница	43,35	52,28	208,44	1478,44	0,82	53,12	0,45	8,47	433,03	921,16	366,24	17,8

№ рец.	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		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
133	Завтрак															
МЯСО24/302	Кукуруза отварная порционная	30	0,44	0,08	2,24	17,0	0,004	0,96			8,4	8,2	2,6			
НАПО382	Гречка с мясом по-купечески	200	22,16	13,9	39,67	371,7	0,15		68,9		47	322,18	146,04	9,29		
ПОРЦ004	Какао с молоком	200	3,76	3,2	26,74	151,0	0,04	1	0,01		124	90	14	1		
ПЛОД338	Хлеб пшеничный	40	3,4	0,64	14,8	79,0	0,11				17	100	28	1,6		
	Яблоки свежие	100	0,4		12,6	52,0	0,03	10			16	11	9	2,2		
	Завтрак		30,16	17,82	96,05	670,7	0,33	11,96	68,91		212,40	531,38	199,64	14,09		
	Обед															
САЛ0071	Салат Витаминный с морковью	60	0,63	3,67	3,73	50,4	0,03	4,27	0,72	1,76	16,04	26,08	17,08	0,36		
СУП0102	Суп картофельный с горохом на курином бульоне	250	11,79	8,46	17,82	195	0,16	6	0,21	0,3	50	140	38	1,8		
МЯСО255	Печень по-строгановски	100	13,23	8,94	3,09	185	0,2	8,45	5,7		33,24	239,32	17,47	5		
ГАРО309	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,66	0,67	31,92	156	0,06		0,01	0,22	11,19	37,17	8,62	0,85		
СЛАД348	Компот из кураги сушёной	200	1,04		34	140					6,6	5,8	4,2	0,14		
ПОРЦ004	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,52	39	0,03				6	26,5	6	0,8		
ПОРЦ004	Хлеб пшеничный	30	2,55	0,48	11,1	59	0,08				12,75	75	21	1,2		
	Обед		36,44	22,5	109,18	824,4	0,56	18,72	6,64	2,28	135,82	549,87	112,37	10,15		
	2 неделя понедельник		66,6	40,3	205,23	1495,06	0,894	30,68	75,55	2,28	348,22	1081,25	312,01	24,24		

№ рец.	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	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
70	Завтрак														
КУР0288	Огурец соленый порционный	60	0,48	0,06	1,02	6	0,012	2,1	0,72	1,76	13,8	14,4	8,4	0,36	
ГАР0312	Курица отварная с маслом	80/5	16,965	16,53	1,305	262,4	0,029	1,711	0,0725		127,745	121,075	14,703	1,3775	
НАП0382	Пюре картофельное	150	3,12	5,1	18,57	133	0,14	4,5	0,18		36,98	86,59	27,75	1,01	
ПОРЦ004	Кофейный напиток с молоком	200	3,58	2,68	28,34	152	0,02	1	0,01		61	45	7	1	
ПЛОД338	Хлеб пшеничный	40	3,4	0,64	14,8	79	0,11				17	100	28	1,6	
	Апельсин	100	0,4		12,6	52	0,03	10			16	11	9	2,2	
	Завтрак		27,945	25,01	76,635	684,4	0,341	19,311	0,8025	1,94	272,525	378,065	94,85	7,5475	
53	Обед														
СУП0101	Салат из свеклы с зеленым горошком	60	0,98	2,53	4,37	43,7	0,027	4,08		2,13	14,28	25,14	10,98	0,82	
РЫБА234	Щи по-уральский на курином бульоне	250	2,36	7,14	9,18	110	0,06	22	0,21	0,2	44	53	22	0,8	
КАШ0171	Котлеты или биточки рыбные в белом соусе	80/30	9,79	8,11	17,30	181,3	0,15	25,94	0,03	0,18	46,60	97,34	33,00	1,23	
НАП390	Каша рассыпчатая рисовая с маслом	150	3,73	8,64	40,27	253	0,26		0,04	0,71	22,86	251,43	168,57	5,71	
ПОРЦ004	Компот из сухофруктов	200	1,04		34	140	0,02		0,01	0,5	21	23	16	0,07	
ПОРЦ004	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,52	39	0,03				6	26,5	6	0,8	
ПОРЦ004	Хлеб пшеничный	30	2,55	0,48	11,1	59	0,08				12,75	75	21	1,2	
	Обед		21,994	27,18	123,74	826,03	0,627	52,02	0,29	3,72	167,49	551,41	277,55	10,63	
	2 неделя вторник		49,94	52,19	200,38	1 510,43	0,97	71,33	1,09	5,66	440,02	929,48	372,40	18,18	

№ реч.	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		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
	Завтрак															
1115	Каша молочная пшениная	200	7,2	4,3	37,9	220	0,19		5	2,9	4,1	131	45	2,58		
0008	Бургер/брод ГОРЯЧИЙ с ветчиной и сыром 1/30/5/15/10	60	8,06	10,55	15,49	189,07	0,04	0,07	0,04	0,84	108,7	121,2	14,67	0,76		
	Печенье весовое	25	1,85	2,35	18,28	101,65	0,03				6,5	21	7,5	0,35		
НАПО377	Чай с лимоном	200/15 /15	0,23	0,04	14,31	59		3			8	10	5	1		
ПЛОД338	Яблоки свежие	100	0,4		12,6	52	0,03	10			16	11	9	2,2		
	Всего в		17,74	17,24	98,58	622	0,29	13,07	5,04	3,74	143,3	294,2	81,17	6,89		
	Завтрак															
	Обед															
70	Огурец соленый порционный	30	0,24	0,03	0,51	3	0,006	1,1	0,35	0,88	6,9	7,2	4,2	0,18		
СУП0103	Суп картоф с макар изд на курином бульоне	250	9,38	6,1	19,03	169	0,11	8	0,2	0,3		64	25	1		
КУРО294	Птица запечённая	100	23,2	24,4	12	318	0,04	2,36	98,2		56	167	20,28	1,9		
КАШ0171	Каша гречневая с маслом	150	8,10	11,77	38,34	291	0,20				14,00	192,86	128,57	4,29		
СЛАД343	Компот фруктово-ягодный	200	0,46	0,11	28,75	118		2,4		0,06	4,2	2,4	1,8	0,14		
ПОРЦ004	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,52	39	0,03				6	26,5	6	0,8		
ПОРЦ004	Хлеб пшеничный	30	2,55	0,48	11,1	59	0,08				12,75	75	21	1,2		
	Всего в		84,95	82,65	320,41	997,0	0,466	13,86	98,75	1,24	99,85	534,96	206,85	9,51		
	Обед															
	2 неделя пятница		102,69	99,89	418,99	1618,7	0,756	26,93	103,79	4,98	243,15	829,16	288,02	16,4		

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД (2-х недельное)
дети 5-11 класс

Сезон: Осень, Зима, Весна
По рекомендациям СанПиН 2.4.5.2409-08
На основании Сборника рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях изд. Москва Дели принт 2011 г.
Возрастная градация с 12 лет и старше

Меню на 1 неделю понедельник

№ рец.	Примёры пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	Б	В	С		А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15					
СА10045	Завтрак Салат из свежей капусты со свежим огурцом	100	1,82	5,45	5,88	80	0,05	46,13		2,45	54,15	36,85	19,02	0,7					
МЯСО243	Сосиски отварные с маслом	80	8	17,39	0,29	238,7	0,15	29,09		25,44	115,64	14,55	1,3						
ГАР0309	Макаронные изделия отварные с маслом	180	7,1	0,8	39,9	195,0	0,1			14,0	46,5	10,8	0,2						
НАПО382	Кофейный напиток с молоком	200	3,58	2,68	28,34	152	0,02	1		61	45	7	1						
ПОРЦ004	Хлеб пшеничный	40	3,4	0,64	14,8	79	0,11			17	100	28	1,6						
ПЛОД338	Апельсины	100	0,4	12,6	52	0,03	10			16	11	9	2,2						
	Всего в		24,28	27,00	101,81	796,70	0,44	57,13	29,10	2,45	187,58	354,95	88,35	7,01					
70	Обед Огурец соленый порционный	100	0,8	0,1	1,7	10	0,02	3,5		2,93	23	24	14	0,6					
СУП0099	Суп из овощей с горошком зеленым	1/260	12	16,8	40,8	164	0,32	44		0,88	120	212	88	3,2					
МЯСО270	Котлеты,биточки домашние	100	10,34	12,53	10,99	252,50	0,05	0,23		15,63	35,70	124,64	36,84	1,81					
КАШ0171	Каша гречневая с маслом	180	9,7	14,1	46,0	349,2	0,2			0,5	16,8	231,4	154,3	5,1					
НАПО390	Компот из сухофруктов	200	1,04	34	34	140	0,02	0,01		21	23	16	0,07						
ПОРЦ004	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,52	39	0,03			6	26,5	6	0,8						
ПОРЦ004	Хлеб пшеничный	30	2,55	0,48	11,1	59	0,08			12,75	75	21	1,2						
	Всего в		37,99	44,31	152,12	1013,70	0,76	47,73	17,72	4,23	235,25	716,57	336,12	12,83					
	Всего в		62,26	71,31	253,93	1810,40	1,20	104,86	46,82	6,68	422,83	1071,52	424,47	19,84					

Меню на 1 неделю четверг

№ рец.	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		
			4	5	6	7	8	9										10	11
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15					
70	Завтрак																		
МЯСО301	Отуец соленый порционный	100	0,8	0,1	1,7	10	0,02	3,5	1,2	2,93	23	24	14	0,6					
КАШ0171	Тфтеля куриная в соусе	100	12,69	4,47	16,82	158	0,07	1,88	0,03	1,75	14,80	105,89	47,74	0,94					
НАП0382	Каша гречневая с маслом	180	9,72	14,12	46,01	349,20	0,24				16,80	231,43	154,28	5,15					
ПОРЦ004	Кофейный напиток с молоком	200	3,58	2,68	28,34	152	0,02	1	0,01		61	45	7	1					
ПЛОД338	Хлеб пшеничный	40	3,40	0,64	14,80	79,00	0,11				17,00	100,00	28,00	1,60					
	Яблоки свежие	100	0,40		12,60	52	0,03	10,00			16,00	11,00	9,00	2,20					
	Всего в		30,59	22,01	120,27	800,46	0,49	16,38	1,24	4,68	148,60	517,32	260,02	11,49					
47	Обед																		
БРЦ0081	Салат из квашеной капусты	100	1,70	5,00	8,40	86,67	0,03	19,80		3,73	52,20	33,90	16,00	0,67					
РЬБА234	Свекольник со сметаной на бульоне	250	4,80	8,90	20,46	183,0	0,06	10,56	0,21	2,49	48,62	51,73	25,44	1,41					
ГАР0312	Котлеты или биточки рыбные в белом соусе	100/30	10,63	14,00	15,01	225,00	0,08	0,64	45,38		65,50	181,50	39,75	1,50					
СЛАД342	Пюре картофельное	180	3,74	6,12	22,28	133,00	0,17	5,40		0,22	44,38	103,91	33,30	1,21					
ПОРЦ004	Компот фруктово-ягодный	200	0,46	0,11	28,75	118,00		2,40		0,06	4,20	2,40	1,80	0,14					
ПОРЦ004	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,52	39,00	0,03				6,00	26,50	6,00	0,80					
ПОРЦ004	Хлеб пшеничный	30	2,55	0,48	11,10	59,00	0,08				12,75	75,00	21,00	1,20					
	Всего в		25,42	34,89	113,53	843,67	0,44	38,80	45,59	6,50	233,65	474,94	143,29	6,93					
	Всего		56,01	56,90	233,79	1644,13	0,93	55,18	46,83	11,18	382,25	992,26	403,31	18,42					

Меню на 2 неделю среда

№ рец.	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	Ca	P	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15						
	Завтрак																			
ЗАП237	Запеканка из творога	180	31,57	21,71	30,88	444,6	0,05	0,43			164,29		22,31	0,54						
0008	Бутиерброд ГОРЯЧИЙ с ветчиной и сыром 1/45/5/20/10	80	10,881	14,2425	20,9115	255,24	0,04	0,07	0,04	0,84	108,7	121,2	14,67	0,76						
НАП0377	Чай с лимоном	200/15/15	0,23	0,04	14,31	59	3				8	10	5	1						
ПЛОД338	Бананы свежие	100	0,85	0,18	7,37	96	0,04	10			8	28	42	0,6						
	Всего в Завтрак		43,531	36,1725	73,4715	854,84	0,13	13,5	0,04	0,84	288,99	159,2	83,98	2,9						
	Обед																			
САЛ0045	Салат из свежей капусты со свежим огурцом	100	1,82	5,45	5,88	80	0,05	46,13		2,45	54,15	36,85	19,02	0,7						
БРЦ0082	Борщ с капустой и картоф на курином бульоне	260	2,31	7,11	12,35	123	0,05	11	0,22	0,2	52	58	25	1,3						
ЗАП0286	Запеканка картофельная с говядиной с маслом	210	25,0	27,5	23,0	487,5	0,4	7,2	30,0		63,7	424,7	159,2	5,8						
СПАД342	Компот из яблок	200	0,46	0,11	28,75	118	0,01	2		0,1	7	4	4	1						
ПОРЦ004	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,52	39	0,03				6	26,5	6	0,8						
ПОРЦ004	Хлеб пшеничный	30	2,55	0,48	11,1	59	0,08				12,75	75	21	1,2						
	Всего в Обед		33,64	40,88	88,55	906,50	0,60	66,31	30,22	2,75	195,58	625,08	234,25	10,75						
	Всего в 2 неделю среда		77,17	77,05	162,02	1 761,34	0,73	79,81	30,26	2,75	484,57	784,28	318,23	13,65						

Меню на 2 недели пятница

№ рещ.	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		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
	Завтрак															
1115	Каша молочная пшеничная	200	7,2	4,3	37,9	220	0,19		5	2,9	4,1	131	45	2,58		
0008	Бутерброд ГОРЯЧИЙ с ветчиной и сыром 1/45/5/20/10	80	10,881	14,2425	20,9115	255,24	0,04	0,07	0,04	0,84	108,7	121,2	14,67	0,76		
НАПО377	Печенье весовое	25	1,85	2,35	18,28	101,65	0,03				6,5	21	7,5	0,35		
	Чай с лимоном	200/15 /15	0,23	0,04	14,31	59	3				8	10	5	1		
ПЛОД338	Яблоки свежие	100	0,4		12,6	52	0,03	10			16	11	9	2,2		
	Всего в Завтрак		20,56	20,93	104,00	687,89	0,29	13,07	5,04	3,74	143,30	294,20	81,17	6,89		
70	Обед															
СУП0103	Огурец соленый порционный	100	0,8	0,1	1,7	10	0,02	3,5	1,2	2,93	23	24	14	0,6		
КУРО294	Суп картоф с макар изд на курином бульоне	250	9,38	6,1	19,03	169	0,11	8	0,2	0,3		64	25	1		
КАШ0171	Птица запечённая	100	23,2	24,4	12	318	0,04	2,36	98,2		56	167	20,28	1,9		
СЛАД343	Каша гречневая с маслом	180	9,72	14,12	46,01	349,20	0,24			0,06	16,80	231,43	154,28	5,15		
ПОРЦ004	Компот фруктово-ягодный	200	0,46	0,11	28,75	118		2,4			4,2	2,4	1,8	0,14		
ПОРЦ004	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,52	39	0,03				6	26,5	6	0,8		
	Хлеб пшеничный	30	2,55	0,48	11,1	59	0,08				12,75	75	21	1,2		
	Всего в Обед		47,65	45,59	126,11	1062,20	0,52	16,26	99,60	3,29	118,75	590,33	242,36	10,79		
	Всего в 2 неделю пятница		68,21	66,53	230,11	1750,09	0,81	29,33	104,64	7,03	262,05	884,53	323,53	17,68		