

Согласовано
Управление Роспотребнадзора

по Томской области

*Заведующий отдела
Томского центра*



«24» 08. 2020 г.



УТВЕРЖДАЮ:
Индивидуальный предприниматель

Шнурко Н.А.

«24» августа 2020 г.



СОГЛАСОВАНО:
Директор ОУ

Петров А.Ю.

2020 г.

Примерное циклическое меню на обеспечение питанием обучающихся 1-4-х классов (завтрак) в общеобразовательных учреждениях г.Томска, обслуживаемых

Индивидуальным предпринимателем Шнурко Н.А., из расчета 58,56 руб/чел (возрастная категория с 7 до 11 лет)

№ Рец.	Рацион	Выход гр, мл, шт	Энерг. ценность ккал	Пищевые вещества (гр)			Витамины (мг)				Минеральные вещества			
				Белки гр	Жиры гр	Углев гр	В	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1 день														
№21	Яйцо вареное	1 шт	62,8	5,1	4,6	0,3	0,2	0,4	0,0	7,1	98,4	145,5	42,5	1,1
С6.2007 №182	Каша молочная рисовая с маслом	200	256,0	4,9	11,8	32,1	0,3	0,9	0,1	9,5	147,6	253,0	50,4	1,3
№382	Какао	200	205,6	5,8	5,8	34,4	0,1	0,2	0,0	0,4	172,2	178,4	24,8	1,0
№2	Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	11,5	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
	Итого		582,3	18,1	22,5	78,3	0,7	1,6	2,6	17,0	453,7	618,4	130,1	4,2
2 день														
№423	Тефтели (мясо или курица)	110	192,0	9,8	12,9	17,4	0,1	2,9	0,0	1,5	22,5	112,9	49,6	1,9
№302	Каша гречневая	150	220,0	7,7	6,6	43,1	0,1	0,0	0,0	12,8	11,4	138,3	92,5	3,1
№646	Компот из апельсинов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6
№2	Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	11,5	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
	Итого		602,0	20,3	19,8	106,0	0,3	3,4	2,7	14,3	94,6	332,3	173,9	6,4
3 день														
№320	Рыба, запеченная в молочном соусе	80	148,7	19,7	19,3	4,0	0,1	0,9	0,1	2,9	65,8	89,7	35,0	0,8
С6.2007 №312	Картофельное пюре	150	156,0	3,3	5,6	22,3	0,2	19,3	0,0	0,2	52,3	72,4	31,9	0,9
С6.2007 №349	Компот из сухофруктов	200	140,0	0,6	0,0	35,4	0,0	0,4	0,2	0,0	25,2	39,6	19,4	0,6
№2	Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	11,5	0,1	0,1	2,5	0,0	35,5	41,5	12,4	0,8
	Итого		502,6	25,9	25,2	73,2	0,4	20,7	2,8	3,1	178,8	243,2	98,7	3,1