

Утверждено:
Директор
ООО "Кейтеринг-КМВ"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
НЕКВАЛИФИРОВАННОЙ
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Согласовано:
Директор Базовой общеобразовательной
школы Филиала СГПИ в г. Железноводске

В. В. Решетникова

ИНФОРМАЦИЯ О СЕРТИФИКАТЕ

С/М: 188774D091E4588B43890C452ED54724
Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд
для Базовой общеобразовательной школы Филиала СГПИ в г. Железноводске
Должность: Директор
Е"Плотное питание детей участников специальной военной операции, обучающихся
Организация образовательным программам основного общего образования"
Дата подписания: 08.10.2023
Действителен: с 09.11.2022 до 09.11.2023

Рацион: Меню комплекс _23
День: понедельник
Неделя: 1
Сезон: 01.04.23-31.05.23
Возраст: 7 - 9 класс

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
Комплекс завтрак															
0,1	Масло сливочное "Крестьянское 72,5 %" порционное	1/10	6,3			8	75						1	2	
121	Суп молочный с крупой рисовой	180	6,97	6	3	9	114		1	30			114	98	19
13 021	Булочка с сахаром	70	23,35	6	5	28	215		2				9	39	8
10 015	Чай с сахаром	200	1,23			15	61			1			14	8	6
13 002	Хлеб пшеничный	30	1,2	2		14	71						7	26	10
11 001	Яблоки	240	13,44			21	56		12				19	13	11
Итого за Комплекс завтрак			52,49	14	16	87	592	0	15	31	0		164	186	54

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 2)
Рацион: Меню комплекс _23
День: вторник
Неделя: 1
Сезон: 01.04.23-31.05.23
Возраст: 7 - 9 класс

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
Комплекс завтрак															
1 056	Сыр Российский порциями	20	11,52	2	2	1	27								
0,1	Масло сливочное "Крестьянское 72,5 %" порционное	20	12,6			15	136						2	3	
6 001	Запеканка из творога	200	60,85	32	16	37	408		1	105			272	388	42
9 008,0	Соус абрикосовый	40	2,5			18	69			1			4	5	2
10 020	Какао-напиток, обогащенный микроэлементами, быстрорастворимый на молоке	200	13,7	6	10	20	158	1	29	1			50		
13 002	Хлеб пшеничный	60	2,41	5	1	29	141						14	52	20
11 001	Банан	190	21,85	3	1	40	182		19				15	53	80
Итого за Комплекс завтрак			125,43	48	45	145	1121	1	50	106	0		357	501	144

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 3)
Рацион: Меню комплекс _23
День: среда
Неделя: 1
Сезон: 01.04.23-31.05.23
Возраст: 7 - 9 класс

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
Комплекс завтрак															
1 056	Сыр Российский порциями	20	11,52	2	2	1	27								
3 021,0	Ватрушка с творогом	70	14,78	6	5	36	215		2				9	39	8
294	Котлеты рубленые из птицы (филе) собственного производства	100	30,76	15	14	16	235		9				174	189	26
8 002	Рис отварной	200	10,58	5	9	27	286						2	79	25
10 015	Чай с сахаром	200	1,23			15	61			1			14	8	6
11 001	Банан	190	21,85	3	1	40	182		19				15	53	80
13 002	Хлеб пшеничный	60	2,41	5	1	29	141						14	52	20
Итого за Комплекс завтрак			93,13	30	27	128	932	0	28	1	0		219	381	157

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 4)
Рацион: Меню комплекс _23
День: четверг
Неделя: 1
Сезон: 01.04.23-31.05.23
Возраст: 7 - 9 класс

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
Комплекс завтрак															
1 046	Икра свекольная	100	5,77	1	5	9	89		24				27	29	17
3 021,0	Булочка с творогом	70	14,78	6	5	36	215		2				9	39	8
5 001,0	Омлет натуральный, запеченный с сыром	200	48,59	16	18	3	239		3				1	1	
10 015	Чай с сахаром	200	1,23			15	61			1			14	8	6
11 001	Яблоки	120	7,8			21	56		12				19	13	11
13 002	Хлеб пшеничный	60	2,4	2		28	71						7	26	10
Итого за Комплекс завтрак			80,57	25	28	112	731	0	41	1	0		77	116	52

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	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		8	9	10	11	12	13	14	15	
Комплекс завтрак																
13 021	Ватрушка с повидлом	70	23,35	6	5	28	215		2			9	39	8	1	
7 045	Фрикадельки мясные паровые собственного производства	100	43,48	14	16	7	286				42	16	56	10	1	
4 007	Макаронные изделия отварные	180	7,34	7	7	44	264			1		14	8	6	1	
10 015	Чай с сахаром	200	1,23			15	61					15	53	80	1	
11 001	Банан	190	21,85	3	1	40	182		19			15	53	80	1	
13 002	Хлеб пшеничный	60	2,4	5	1	29	141					14	52	20	1	
Итого за Комплекс завтрак				99,65	35	30	163	1149	0	21	43	0	82	376	147	8

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	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		8	9	10	11	12	13	14	15	
Комплекс завтрак																
0,1	Масло сливочное "Крестьянское 72,5 %" порционное	1/10	6,3			8	75					1	2			
6 001	Запеканка из творога	200	60,85	32	16	37	408		1	105		272	388	42	1	
9 008.0	Соус абрикосовый	80	5			36	138					7	9	5		
10 020	Какао-напиток, обогащенный микроэлементами, быстрорастворимый на молоке	200	13,7	6	18	20	158	1	29	1		50				
13 002	Хлеб пшеничный	100	4			28	71					7	26	10	1	
11 001	Банан	190	21,85	3	1	40	182		19			15	53	80	1	
Итого за Комплекс завтрак				111,7	43	35	161	957	1	50	106	0	351	476	137	3

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	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		8	9	10	11	12	13	14	15	
Комплекс завтрак																
3 021.0	Ватрушка с творогом	70	14,78	6	5	36	215		2			9	39	8	1	
294	Котлеты рубленные из птицы (филе) собственного производства	100	30,76	15	14	16	235		9			174	189	26	1	
8 002	Рис отварной	200	10,58	5	9	27	286					2	79	25	1	
10 015	Чай с сахаром	200	1,23			15	61			1		14	8	6	1	
11 001	Банан	190	21,85	3	1	40	182		19			15	53	80	1	
13 002	Хлеб пшеничный	50	1,2	4	1	24	118					12	44	17	1	
Итого за Комплекс завтрак				80,4	33	30	158	1097	0	30	1	0	226	412	162	6

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	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		8	9	10	11	12	13	14	15	
Комплекс завтрак																
1 056	Сыр Российский порциями	15	8,64	2	2	1	27					1	2			
0,1	Масло сливочное "Крестьянское 72,5 %" порционное	1/10	6,3			8	75									
121.01	Суп молочный с крупой гречневой	180	7,53	8	5	14	114		1	30		114	98	19		
13 021	Ватрушка с повидлом	70	23,35	6	5	28	215		2			9	39	8	1	
10 015	Чай с сахаром	200	1,23			15	61			1		14	8	6	1	
11 001	Банан	190	21,85	3	1	40	182		19			15	53	80	1	
13 002	Хлеб пшеничный	30	1,2	2		14	71					7	26	10	1	
Итого за Комплекс завтрак				70,1	15	16	84	530	0	20	31	0	151	187	115	3

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	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		8	9	10	11	12	13	14	15	
Комплекс завтрак																
1 056	Сыр Российский порциями	20	11,52	2	2	1	27									
1 046	Икра свекольная	100	5,77	1	5	9	89		24			27	29	17	1	
7 027	Суфле из птицы	100	26,35	15	13	15	239		4	30		66	67	25	1	
8 001	Каша гречневая рассыпчатая	180	13,09	8	10	42	260				57	19	184	124	4	
10 015	Чай с сахаром	200	1,23			15	61			1		14	8	6	1	
3 021.0	Ватрушка с творогом	70	14,78	6	5	36	215		2			9	39	8	1	
11 001	Банан	190	21,85	3	1	40	182		19			15	53	80	1	
13 002	Хлеб пшеничный	80	3,2	6	1	39	188					18	70	26	2	
Итого за Комплекс завтрак				97,79	41	37	197	1261	0	49	88	0	168	450	286	11

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	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		8	9	10	11	12	13	14	15	
Комплекс завтрак																
0,1	Масло сливочное "Крестьянское 72,5 %" порционное	1/10	6,3			8	75					1	2			
1 056	Сыр Российский порциями	15	8,64	2	2	1	27					36	109	25	1	
7 021	Тефтели мясные с соусом собственного производства	100/50	22,66	15	14	15	238		8							
8 005	Пюре картофельное	200	12,08	4	6	26	177			30	41	53	114	39	1	
10 015	Чай с сахаром	200	1,23			15	61			1		14	8	6	1	
11 001	Банан	190	21,85	3	1	40	182		19			15	53	80	1	
13 002	Хлеб пшеничный	60	2,4	5	1	29	141					14	52	20	1	
Итого за Комплекс завтрак				75,16	29	24	126	826	0	57	42	0	132	336	170	5
Итого				88,66												