

Утверждаю: 9 8
 Директор ООО "Кейтеринг-КМВ"
 И.В. Минацкая

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
 НЕКВАЛИФИРОВАННОЙ
 ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

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

ИНФОРМАЦИЯ О СЕРТИФИКАТЕ

№: 1867740691E6E8B843B90C453EDF6726
 Владелец: Ивашенко Ирина Васильевна
 Должность: Педагог
 E-mail: pedagogkmmv@mail.ru
 Организация: Филиал СГПИ в г. Железноводске
 Дата подписания: 08.10.2023
 Действителен: с 09.11.2022 до 09.11.2025

**Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд
 для Базовой общеобразовательной школы Филиала СГПИ в г. Железноводске**

Льготное питание завтрак 7 - 9 класс

Рацион: Меню комплекс 23

День: понедельник

Сезон: 09.01.23-31.05.23

Неделя: 1

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 крупной 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	1						
10 015	Чай с сахаром	200	1,23			15	61			1		14	8	6	1						
13 002	Хлеб пшеничный	30	1,2	2		14	71					7	26	10	1						
Итого за Комплекс завтрак			39,05	16	18	66	536		3	31		145	173	43	3						
Комплекс обед																					
2 001	Борщ с капустой и картофелем	250	5,05	5	10	8	168		11			48	142	35	5						
7 045	Фрикадельки мясные паровые собственного производства	100	42,64	14	16	7	286					14	168	23	3						
4 007	Макаронные изделия отварные	180	7,34	7	7	44	264			42		16	56	10	1						
0 002,0	Сок промышленного производства	200	22			18	55		3			17	7	8							
13 002	Хлеб пшеничный	30	1,2	2		14	71					7	26	10	1						
13 003	Хлеб ржаной	50	2,18	3		22	105					13		18	1						
Итого за Комплекс обед			80,41	31	33	113	949		14	42		115	399	104	11						
Итого за день				47	51	179	1485		17	73		260	572	147	14						

ООО "Кейтеринг-КМВ"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 2)

Рацион: Меню комплекс 23

День: вторник

Сезон: 09.01.23-31.05.23

Неделя: 1

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						
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15						
Комплекс завтрак																					
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	1						
9 008,0	Соус абрикосовый	40	2,5			18	69			1		4	5	2							
10 020	Какао-напиток, обогащенный микронутриентами, 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	1						
11 001	Банан	190	26,15	3	1	40	182			19		15	53	80	1						
Итого за Комплекс завтрак			93,78	46	43	144	1094		1	50	106	357	501	144	3						
Комплекс обед																					
1 046	Икра свекольная	100	5,77	1	5	9	89			24		27	29	17	1						
2 017	Суп рыбный (консервы лососевые)	250	22,69	10	5	17	168		9			102	165	54	1						
13 012	Фрикасе из птицы	100	29,65	16	22	15	268		3	60		157	88	23	1						
8 001	Каша гречневая рассыпчатая	180	13,09	8	10	42	260			57		19	184	124	4						
10 007	Компот из плодов свежих витаминизированный (яблоки)	250	6,43			20	59		5			18	6	7	1						
13 002	Хлеб пшеничный	30	1,2	2		14	71					7	26	10	1						
13 003	Хлеб ржаной	30	1,31	2		13	63					8		11	1						
Итого за Комплекс обед			80,14	40	43	165	1072		61	117		370	520	264	14						
Итого за день				86	86	309	2166		1	111	223	727	1021	408	17						

ООО "Кейтеринг-КМВ"

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 3)

Рацион: Меню комплекс _23

День: среда

Сезон: 09.01.23-31.05.23

Неделя: 1

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
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Комплекс завтрак															
294	Котлеты рубленые 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
13 002	Хлеб пшеничный	60	2,41	5	1	29	141					14	52	20	1
Итого за Комплекс завтрак			44,98	27	26	88	750		9	1		204	328	77	4
Комплекс обед															
2 021	Суп картофельный с горохом	250	2,74	3	5	17	149		4			47	83	36	2
7 002	Рыба минтай, тушенная в томате с овощами	100/50	22,4	11	19	11	259		4	11		17	25	14	
8 005	Пюре картофельное	180	10,88	4	6	26	177		30	41		53	114	39	1
10 007	Компот из плодов свежих витаминизированный (яблоки)	250	6,43			20	59		5			18	6	7	1
13 002	Хлеб пшеничный	30	1,2	2		14	71					7	26	10	1
13 003	Хлеб ржаной	30	1,31	2		13	63					8		11	1
Итого за Комплекс обед			44,96	22	30	101	778		43	52		150	254	117	6
Итого за день				49	56	189	1528		52	53		354	582	194	10

ООО "Кейтеринг-КМВ"

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 4)

Рацион: Меню комплекс _23

День: четверг

Сезон: 09.01.23-31.05.23

Неделя: 1

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
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Комплекс завтрак															
1 046	Икра свекольная	100	5,77	1	5	9	89		24			27	29	17	1
3 021,0	Булочка с творогом	70	14,78	6	5	36	215		2			9	39	8	1
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	1
13 002	Хлеб пшеничный	60	2,4	2		28	71					7	26	10	1
Итого за Комплекс завтрак			73,42	27	28	91	675		29	1		58	103	41	4
Комплекс обед															
2 002	Борщ сибирский на мясном бульоне	250	14,09	9	11	17	208		21	5		70	121	46	6
294	Котлеты рубленые из птицы (филе) собственного производства	100	30,76	15	14	16	235		9			174	189	26	1
8 002	Рис отварной	180	9,5	4	8	24	258					1	71	22	1
0 002,0	Сок промышленного производства	200	22			18	55		3			17	7	8	
13 002	Хлеб пшеничный	60	2,41	2		28	71					7	26	10	1
13 003	Хлеб ржаной	60	2,63	4		26	63					8		11	1
Итого за Комплекс обед			81,39	36	33	129	890		33	5		277	414	123	10
Итого за день				63	61	223	1565		62	6		335	517	164	14

ООО "Кейтеринг-КМВ"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 5)

Рацион: Меню комплекс _23

День: пятница

Сезон: 09.01.23-31.05.23

Неделя: 1

Возраст: 7 - 9 класс

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая 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
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					14	168	23	3
4 007	Макаронные изделия отварные	180	7,34	7	7	44	264			42		16	56	10	1
10 015	Чай с сахаром	200	1,23			15	61			1		14	8	6	1
13 002	Хлеб пшеничный	60	2,4	5	1	29	141					14	52	20	1
Итого за Комплекс завтрак			77,8	32	29	123	967		2	43		67	323	67	7
Комплекс обед															
1 046	Икра свекольная	100	5,77	1	5	9	89		24			27	29	17	1
2 008	Рассольник ленинградский с крупой перловой	250	5,74	2	10	11	143		13			37	54	22	1
062.0	Рыба (минтай), запеченная в кляре	100	18,52	20	11	4	260					143	430	31	
8 005	Пюре картофельное	180	12,09	4	6	26	177		30	41		53	114	39	1
10 007	Компот из плодов свежих витаминизированный (яблоки)	250	6,43			20	59		5			18	6	7	1
13 002	Хлеб пшеничный	30	1,2	2		14	71					7	26	10	1
13 003	Хлеб ржаной	30	1,31	2		13	63					8		11	1
Итого за Комплекс обед			51,06	31	32	97	862		72	41		293	659	137	6
Итого за день				63	61	220	1829		74	84		360	982	204	13

ООО "Кейтеринг-КМВ"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 6)

Рацион: Меню комплекс _23

День: понедельник

Сезон: 09.01.23-31.05.23

Неделя: 2

Возраст: 7 - 9 класс

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая 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
Комплекс завтрак															
6 001	Запеканка из творога	200	60,85	32	16	37	408		1	105		272	388	42	1
008.0	Соус абрикосовый	80	5			36	138		1			7	9	5	
10 020	Какао-напиток, обогащенный микронутриентами, быстрорастворимый на молоке	200	13,7	6	10	20	158	1	29	1		50			
13 002	Хлеб пшеничный	100	4	2		28	71					7	26	10	1
13 021	Круассан с варенной сгущенкой	70	23,35	6	5	28	215		2			9	39	8	1
Итого за Комплекс завтрак			106,9	46	47	163	1133	1	33	106		347	466	65	3
Комплекс обед															
2 001	Борщ с капустой и картофелем	250	5,05	5	10	8	168		11			48	142	35	5
13 012	Фрикасе из птицы	100	29,65	16	22	15	268		3	60		157	88	23	1
8 001	Каша гречневая рассыпчатая	180	13,09	8	10	42	260			57		19	184	124	4
0 002.0	Сок промышленного производства	200	22			18	55		3			17	7	8	
13 002	Хлеб пшеничный	120	4,8	5	1	56	282					14	52	20	1
13 003	Хлеб ржаной	60	2,63	4	1	27	126					15		22	1
Итого за Комплекс обед			77,22	38	44	166	1018		17	117		270	473	232	12
Итого за день				84	91	329	2151	1	50	223		617	939	297	15

ООО "Кейтеринг-КМВ"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 7)

Рацион: Меню комплекс _23

День: вторник

Сезон: 09.01.23-31.05.23

Неделя: 2

Возраст: 7 - 9 класс

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая 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
Комплекс завтрак															
3 021	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
13 002	Хлеб пшеничный	50	1,2	4	1	24	118					12	44	17	1
Итого за Комплекс завтрак			58,55	30	29	118	915		11	1		211	359	82	5
Комплекс обед															
2 008	Рассольник ленинградский с крупой перловой	250	5,74	2	10	11	143		13			37	54	22	1
267	Плов из птицы	230	33,63	21	26	42	487		5			34	99	52	2
8 005	Пюре картофельное	180	12,09	4	6	26	177		30	41		53	114	39	1
0 004	Компот из плодов витаминизированный (компотная смесь)	200	11,17			17	54		44			16	7	9	
13 002	Хлеб пшеничный	30	1,2	2		14	71					7	26	10	1
13 003	Хлеб ржаной	60	2,63	4	1	27	126					8		11	1
Итого за Комплекс обед			66,46	31	42	123	599		107	46		214	219	126	4
Итого за день				61	71	241	1514		118	47		425	578	208	9

ООО "Кейтеринг-КМВ"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 8)

Рацион: Меню комплекс _23

День: среда

Сезон: 09.01.23-31.05.23

Неделя: 2

Возраст: 7 - 9 класс

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая 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
Комплекс завтрак															
1 056	Сыр Российский порциями	15	8,63	2	2	1	27								
0,1	Масло сливочное "Крестьянское 72,5 %" порционное	1/10	6,3		8		75					1	2		
121,01	Суп молочный с крупой гречневой	180	7,53	8	5	14	114		1	30		114	98	19	
10 015	Чай с сахаром	200	1,23			15	61			1		14	8	6	1
13 002	Хлеб пшеничный	30	1,2	2		14	71					7	26	10	1
Итого за Комплекс завтрак			24,89	12	15	44	348	0	1	31	0	136	134	35	2
Комплекс обед															
2 021	Суп картофельный с горохом	250	2,74	3	5	17	149		4			47	83	36	2
7 021	Тефтели мясные с соусом собственного производства	100/50	14,08	15	14	15	238		8			36	109	25	1
8 001	Каша гречневая рассыпчатая	200	13,09	9	11	47	289			63		21	205	137	5
10 007	Компот из плодов свежих витаминизированный (яблоки)	250	6,43			20	59		5			18	6	7	1
13 002	Хлеб пшеничный	30	1,2	2	1	14	141					14	52	20	1
13 003	Хлеб ржаной	30	1,31	2	1	13	126					15		22	1
Итого за Комплекс обед			38,85	36	32	126	999		15	63		150	456	248	10
Итого за день				48	47	170	1347	0	16	94	0	286	590	283	12

ООО "Кейтеринг-КМВ"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 9)

Рацион: Меню комплекс _23

День: четверг

Сезон: 09.01.23-31.05.23

Неделя: 2

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	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Комплекс завтрак															
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
13 002	Хлеб пшеничный	80	3,2	6	1	39	188					18	70	26	2
Итого за Комплекс завтрак			49,64	30	29	120	837		28	88		144	358	198	9
Комплекс обед															
2 001	Борщ с капустой и картофелем	250	5,05	5	10	8	168		11			48	142	35	5
267	Плов из птицы	230	33,63	21	26	42	487		5			34	99	52	2
10 002	Компот из плодов витаминизированных (компотная)	250	11,17			24	101		5			23	10	11	
13 002	Хлеб пшеничный	50	2	2		28	71					7	26	10	1
13 003	Хлеб ржаной	30	1,31	2		13	63					8		11	1
Итого за Комплекс обед			53,16	30	36	115	890		21			120	277	119	9
Итого за день				60	65	235	1727		49	88		264	635	317	18

ООО "Кейтеринг-КМВ"

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 10)

Рацион: Меню комплекс _23

День: пятница

Сезон: 09.01.23-31.05.23

Неделя: 2

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	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Комплекс завтрак															
7 021	Тефтели мясные с соусом собственного производства	100/50	22,66	15	14	15	238		8			36	109	25	1
8 005	Пюре картофельное	180	10,88	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
13 002	Хлеб пшеничный	60	2,4	5	1	29	141					14	52	20	1
Итого за Комплекс завтрак			37,17	26	23	86	644		38	42		117	283	90	4
Комплекс обед															
0,1	Масло сливочное "Крестьянское 72,5 %" порционное	1/20	12,6		16		75					1	2		
2 021	Суп картофельный с горохом	250	4,15	3	5	17	149		4			47	83	36	2
294	Котлеты рубленные из птицы (филе) собственного производства	100	30,76	15	14	16	235		9			174	189	26	1
4 007	Макаронные изделия отварные	150	6,12	6	6	37	220			35		13	47	8	1
0 002	Сок промышленного производства	200	22			18	55		3			17	7	8	
13 002	Хлеб пшеничный	30	1,2	2		14	71					7	26	10	1
13 003	Хлеб ржаной	60	2,62	2		13	63					8		11	1
Итого за Комплекс обед			65,44	26	28	100	724		27	40		186	183	108	5
Итого за день				52	51	186	1368		65	82		303	466	198	9
Итого за период завтрак			60,618	595	612	2182	16895	2	616	973		3940	6921	2428	132
Итого за период обед			65,46	59,5	61,2	218,2	1689,5	0,2	61,6	97,3		394	692,1	242,8	13,2