



Приказ № 180 от 17.08.2020 г. "Об организации горячего питания"

**МОУ «Средняя общеобразовательная школа № 1
р.п. Новые Бурасы Новобурасского района
Саратовской области**

на 2020/2021 учебный год

[illegible]

186	50	Булочка слобная	3,72	3,78	23,89	144,44	24,36	10,11	53,15	0,87	0,02	0,07		0,02
1025	200	Какао с молоком	4,20	3,62	19,96	74,80	172	24,8	1					1,6
	ИТОГО:					219,24								

День 2

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
		Завтрак												
338	150/10	Каша манная со сливочным маслом	6,81	9,03	40,12	270,52	16,00	16		1,36				0
1009	200	Чай с сахаром	0,20	0,05	15,01	57,00	0,09	3,9		0,8	0			0,09
6	30/50	Бутерброд с варенной колбасой	5,10	6,00	10,30	115,50	151,17	39,7	229	2,2	0		3,88	
	ИТОГО:					443,02								
		Обед												
87/3	1/60	Салат из свеклы	1	2,51	4,49	46,26	16,76	11,14	25,18	0,79	0	0,03	0	5,88
62	1/250	Суп картофельный с крупой и рыбными консервами	2,18	2,84	14,29	91,5	24	26,65	67,7	0,96	0	0,11	00	8,25
745/3	1/150	Гречка отварная	3,2	5,2	22,88	151,36	18	33	0	1,2	0	0	0,5	21,75
69	1/50	Сосиска отварная	11,5	8,8	12	102	46	12,3	1,6	0,4	0,01	0,02	0	0,5
1009	1/200	Чай с лимоном	0,6	0	9,98	128	7	8	20	0,03	0,04	0,01	0,06	6,8
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
	Итого:		20,28	19,35	76,64	584,12	100,16	74,59	114,48	2,68	0,05	0,22	0,96	43,18
		Полдник												
40		Пряник	1,94	2,46	20,49	142,31								
948	200	Кисель из концентрата на плодовых ягодных экстрактов	0,00	0,00	9,98	37,40	0,2	0		0,04				0

День 3

№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
		Завтрак												
186	50	Булочка слобная	3,72	3,78	23,89	144,44	24,36	10,11		0,87	0,02	0,07		0,02
1009	200/15	Чай с сахаром	0,20	0,05	15,01	57,00	0,09	3,9		0,8				0,09
		Итого:				201,44								
		Обед												
20	1/60	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	0,46	3,65	1,43	40,38	13,11	7,78	24,01	0,34	3,85	12,3	0,14	12,2

[illegible]

405/3	150/10	Каша молочная ячневая со сливочным маслом	6,81	9,03	40,12	270,52								
133/1	30	Хлеб пшеничный	2,28	0,27	14,9	71,26								
1009	200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57								
					ИТОГО:	398,78								
		Обед												
87	1/250/10	Щи из свежей капусты со сметаной	1,75	4,89	8,49	84,78	34,66	17,8	38,1	0,64	0	0,05	0	14,77
348/3	1/255	Рагу из овощей с мясом кур	6,6	7,2	41,2	227,3	1,42	6,8	121	4,5	0	0,02	0	1,2
1009	1/200	Чай с лимоном	0,6	0	9,98	128	7	8	20	0,03	0,04	0,01	0,06	6,8
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
		Фрукт												
	Итог		10,75	12,09	72,67	505,08	49,48	49,1	222,6	5,67	0,04	0,13	0,46	22,77
		Полдник												
186	50	Булочка сдобная	3,72	3,78	23,89	144,44								
966	200	снежок	158	5,4	5	1213,55								
					ИТОГО:	1357,99								
День 6														
№	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
реу							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
		Завтрак												
258/3	200/10	Суп молочный вермишелевый со слив маслом	4,27	4,00	17,06	122,40								
133/1	30	Хлеб пшеничный	2,28	0,27	14,90	71,26								
1009	200/15	Чай с сахаром	0,20	0,05	15,01	57,00								
					ИТОГ:	250,66								
		Обед												
73	1/60	Икра из кабачков, т/о	1,25	5,48	8,7	89,08	31,35	9,61	0	0,4	0	0	0	11,89
102	1/250	Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	5,49	5,28	16,33	134,75	38,08	35,3	87,18	2,03	0,23	0	0	5,81
745/3	1/150	Гречка отварная	3,2	5,2	22,88	151,36	18	33	0	1,2	0	0	0,5	21,75
632	1/50	Гуляш из отварной говядины	10,28	8,27	2,64	126,00	1,94	0	0	0,76	0	0,04	0	0,40
349	1/200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	6,8
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
	Итог		22,62	15,96	77,41	568,19	82,83	69,41	150,68	3,08	0,27	0,06	0,96	46,25

		Полдник												
186	50	Булочка сложенная	3,72	3,78	23,89	144,44								
948	200	Кисель из концентрата на плодовых ягодных экстрактах	0,00	0,00	9,98	37,40								
					ИТОГО:	181,84								
День 7							Минеральные вещества				Витамины			
№	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
реп														
		Завтрак												
417	150/10	Каша молочная рисовая со сливочным маслом	6,81	9,03	40,12	270,52								
8	30/20	Бутерброд с сыром	4,64	5,90	0,00	72,80								
1009	200/15	Чай с сахаром	0,20	0,05	15,01	57,00								
					ИТОГО:	400,32								
		Обед												
102	1/250	Щи из овощей с фасолью	9,27	8,64	14,6	173,96	55,91	43,79	0	2,2	0	0	0	7
347	1/230/80	Катофель тушеный с мясом говядины	27,53	7,47	21,95	265	31,1	65,7	3,37	4,03	0	0	0	8,71
349	1/200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	6,8
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
	Итог		39,2	16,11	66,05	631,96	100,41	133,99	66,87	6,88	0,04	0,06	0,46	22,51
		Полдник												
	40	Пряник	1,94	2,46	20,49	142,31								
№ 1009	200/15	Чай с сахаром	0,20	0,05	15,01	57,00								
					ИТОГО:	199,31								
День 8							Минеральные вещества				Витамины			
№	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
реп														
		Завтрак												
469	100	Запеканка из Творога	1,94	2,46	20,49	142,31								
1009	200/15	Чай с сахаром	0,20	0,05	15,01	57,00								
					ИТОГО:	199,31								
		Обед												
38	1/250/50	Суп картофельный с клецками	5,49	5,28	16,33	134,75	38,08	35,3	87,18	2,03	0,23	0	0	5,81
753	1/200	Макаронные отварные	23,38	21,25	44,61	451,25	56,38	59,38	249,13	2,74	60	0	0	0

669/3	1/60/50	Тефтели из мяса говядины и скрасным соусом	7,85	6,51	7,89	123	30,64	23,2	1,3	2,4				
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
	Итог		38,52	33,04	81,83	774	131,5	134,38	337,61	7,67	60,23	0,05	0,4	5,81
		Полдник												
	30	Печенье												
1009	200/15	Чай с сахаром	0,20	0,05	15,01	57,00								
					ИТОГО:	57,00								
День 9														
№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
		Завтрак												
1	30/20	Бутерброд с сливочным маслом	18,36	56,64	109,65	1279,65								
1025	200	Какао с молоком	4,20	3,62	19,96	74,80								
					ИТОГО:	1354,45								
		Обед												

150/7	1/250/10	Борщ со сметаной	1,81	4,91	125,25	102,5	44,38	26,25	53,23	1,19	0	0,05	0,01	10,29
87/3	1/60	Салат из свеклы	1	2,51	4,49	46,26	16,76	11,14	25,18	0,79	0	0,03	0	5,88
430/3	1/200	Горох отварной	16,9	1,15	41,54	233	22,1	12,8		1,2				0,32
234	1/80	Котлета рыбная	11,5	8,8	12	102	46	12,3	1,6	0,4	0,01	0,02	0	0,5
349	1/200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,15	0,04	0,01	0,06	6,8
	2/40	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
	Итог		550,962	349,38	1518,066	16544,64	1133,1	1093,37	2475,75	58,55	121,23	1,38	9,15	433,57
		Полдник												
День 10														
№ реп	Выход	Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
		Завтрак												
50/20	100	Пирожок с картошкой печенный	6,5	4	35,9	271,07								
1009	200/15	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57								
					ИТОГО:	328,07								
		Обед												
76	1/60	Огурец свежий	0,8	0,1	2,6	14	20	14	42	0,6	0	0,03	0,03	10

[illegible]