Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение «Новосокулакская средняя общеобразовательная школа имени Героя Советского Союза Пономарёва Николая Тимофеевича»

Утверждено
Директор МОБУ Новосокулакская СОШ

(Доля Гололобова О.В. 2022г.

DECATULHEBHOC MEHIO

для организации питания обучающихся общеобразовательных учреждений

начальные классы (1-4)

Сарактанский район (для школ с самостоятельным питанием)

						Caroo		Минер. в	Минер. вещества, мг	MF		Витамины, мг	HbI, MF		-
MANAP	Наименование	Bec	Цен	TINIT	пищевые веш	ещества						a	U	A	No
מסומלו	блюда	159	В	Белк	Жиры	Углев	Энерг,	Ca	Mg	۵.	e e)	ζ.	рецепту
		ЮД		Z	L	оды, г	пенно								pbl
		ס		L			сть,								
							KKan								
Чеделя															
1 День 1			2	1	7	27.05	295	1381	47.6	0,00	1,23	0,17	1,17	00'0	Nº 182
Горячий	Каша жидкая	210	19,91	7,51	11,/2	50,15	607	1,001					fac.		
завтрак	молочная							.1							
	(пшенная)											0	2	000	No 387
		200	10 71	4.08	3,54	17,58	118,6	152,22	21,34	00'0	0,48	00,0	T,39	00,0	1000
	Kakao c Mojiokom	7007	100	00/-	70	83	42.7	0.00	9'9	17,4	0,50	90'0	00'0	0,00	Nº S
	Хлеб пшеничный	20	0.92	1,4	4,0	2,0	503	10.5	0.9	37,7	98'0	0,05	00'0	00'0	No 7
	Хлеб ржаной	30	1,35	1,98	0,30	0,03	0,00	2/24	000	1 00	0.00	0.00	00'0	29,50	Nº 41
	Масло сливочное	2	2,97	00'0	4,10	90'0	37,50	05'0	0,0	7					
	порциями						1 90	0 80	3 50	50.0	0,10	00'0	0,07	26,0	15
	Сыр порциями	10	7,04	2.32	2.95	0	50.4	0.00	20.0		2.3	000	15.0	00'0	No 338
	фрукты свежие	100	14,20	9'0	9'0	14,7	70,3	24,0	13,5	00,00	0,0	0,0			
	(яблоко)					P C	0 687	62 675	98 54	106.1	5,97	0,28	17,83	55,50	
	MTOFO:	565	57,10	17.6	23,67	18,31	049,0	37.0±±							
				,											
День 2					ī	L	7	5/3	7.4	86,0	0,16	0,01	3,25	00'0	Nº 43
Горячий		09	4,34	1,2	7,7	05,5	TC	0,40							
завтрак	белокочанной														
	капусты=				1	7 7	77075	12.75	37.13	116.38	1,50	00'0	0.15	00'0	Nº 608
	Котлеты особые	100	35,25	15.5	11.55	15.70	67:077	2.5							
		150	17 24	7 46	5.61	35,84	230,45	12,98	67,50	208,5	3,95	0,18	00'0	0,02	Nº 6/9
	Каша рассынчатая	T	17/71									0		0	No 943
	(гречневая)	000	000	000	000	14.00	28,00	00′9	00'0	00'0	0,40	00,0	00'0	00'0	
	Чай с сахаром	700	0,0	1 2	0,0	83	42,7	00,00	9'9	17,4	0,50	90'0	00'0	00,00	No 8
	Хлеб пшеничный	707	4.07	1,00	0.36	0.69	59.3	10,5	0'9	37,7	98'0	0,05	00'0	00'0	Nº /
	Хлеб ржаной	30	1,35	T,30	06'0	20,0	2/22								PARTICULAR SERVICES
												The state of the same of	THE PERSON NAMED IN COLUMN TWO IS NOT THE OWNER.	The same of the sa	

	Nº 374		120	NE TEO	Ne 399	Nos	NEO TOTA	/ GN				No 13		No 492	Nº 943	Ne8	N ₂ 7	No 41	1	Nº 338	7	075			No 67	0 11
0,02	0.28		000	00,0	0.01	000	00,0	0,00)	0 20		000	00,0	0,1	00'0	00'0	00'0	29 50	22,02	00'0		79.60			c	0
3,40	4.05			74,92	4.00	000	0,00	0,00	0,1	20 02	, of co	1	0/'c	0,52	00'0	00'0	0.00	000	00,0	15,0	hon	21,22			0.15	CT.O
0,30	0.15	2		00,00	0.00	1000	0,06	0,05	0,04	600	70'0	CO	70,0	0,2	00'0	90'0	0.05	000	00,0	00'00		0,33			200	40,0
6,87	0.85	20,0	GA I	1,44	80	010	0,50	98'0	1,6		00,0	0	0,34	69,3	0,40	0,50	0.36	000	0,0	60'0		20,0	מס		C .	U,51
465,98	252	507		0,00	17.00	00'17	17,4	37,7	9	L	335,1	537	24,01	1,82	00,00	17.4	377	100	T,00	0.00		81,93	W.C			76.98
119,63	7 10	55,4	25.84	38,36	10.00	10,00	9'9	0,9	22,4	9	126,76	KE	7,98	56.8	0.00	6.6	0.5	0,0	00,00	63.00	20/20	140,38		3		12.45
127,53	0	7,0/		58,32	00 77	T4,00	00'0	10,5	23		182,02		13,11	80.9	6.00	000	10 5	C,U1	0,50	12.00	12,00	123,01				13.92
640,2	0	146,2	320	241	000	92,00	42,7	59,3	147		728,2		40,38	380	28.00	127	147	59,3	37,50	1/1 76	L41,70	729,64				56.88
80,03	ha c	6,02		25,18		70,20	8,3	69'0	14	A.	74,39	BD)	1,43	33.46	14.00	20,44	5,0	69'0	50'0	300	۲۵,0	86,43	170.00	100		5.06
20,62	3	5,03		12,82		0,20	0,4	98'0	2,3	1.1	21,11		3,65	10.49	10,40	00,0	4,0	0,36	4,10	25.0	0,70	27,75	ž.	À		3 74
27,5		14,3	n	4,34	100	1,00	1,2	1,98	1,4		24.2		0,46	170	0,11	1,20	1,2	1,98	00'0	700	97'7	23,9				0.87
57,10		27,0		89'6		10,09	0.92	1,35	90'8		57,10		10,44	17.00	30,57	3,0	0.92	1,35	2,97	L	58,/	57,10		0.34		19 07
550		100	KIR	200	113	200	20	30	40		290	ene	09	000	700	7007	70	30	2		150	615	0.53	0	ACI.	09
итого:			томатном соусе с	Картофельное	пюре	Сок фруктовый	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Кондитерские	изделия (печенье)	итого:		Салат из свежих	огурцов=	Плов из птицы	Чай с сахаром	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Масло сливочное	2	Фрукты свежие	MTOFO:)
	День 3	Горячий	завтрак			Total Control				14.		Лень 4	Горячий	завтрак		15		TANK THE PERSON NAMED IN COLUMN TO SERVICE AND SERVICE	so:	(b)	CPI				День 5	2

завтрак															
	Макароны, запеченные с	180	33,0	29'6	10,19	41,36	281,30	161,03	18,33	148,95	1,13	60'0	0,23	4,52	Nº 421
	сыром , со сметансй														
	Кисель	200	2,76	00'0	0,00	15,3	49,60	3,2	2,00	15,8	00'0	0,02	5,6	00'00	Nº 648
	Хлеб пшеничный	20	0.92	1,2	0,4	8,3	42,7	00'0	9'9	17,4	0,50	90'0	00'0	00'0	Ne8
	Хлеб ржаной	30	1,35	1,98	98'0	69'0	59,3	10,5	0'9	37,7	98'0	0,05	00'0	00'0	Ne7
	итого:	200	57,10	13.6	14,69	70,71	489.78	188.65	45,38	246,83	2,5	0,26	11,98	4,52	
Неделя															
2															
День 1															
Горячий	Гуляш из отварной	100	23,16	14,1	11,89	160	158,18	0,0	00'0	00'0	66'0	0,03	2.28	0,00	No
завтрак	птицы			4											120601
	Каша рассыпчатая (гречневая)	150	12,24	7,46	5,61	35,84	230,45	12,98	67,50	208,5	3,95	0,18	00'0	0,02	629
	Сок фруктовый	200	15,09	1,00	0,20	20,20	92,00	14,00	18,00	17,00	8,0	0,02	4,00	0,01	Ne 399
	Хлеб пшеничный	20	0.92	1,2	0,4	8,3	42,7	00'0	9'9	17,4	0,50	90'0	00'0	00'0	Ne8
	Хлеб ржаной	30	1,35	1,98	0,36	69'0	59,3	10,5	0,9	37,7	98'0	0,05	00'0	00'0	Ne7
	Салат из	09	4,34	1,2	2,7	5,50	51	54,3	7,4	86,0	0,16	0,01	3,25	00'0	Nº 43
	белокочанной капусты														
_	итого:	260	57,10	26,9	21,16	230,53	633,63	91,78	105,5	366,6	6,76	0,35	9,53	0,03	
День 2															
Горячий	Рыба тушеная в	100	30.70	14,3	5,03	6,02	146,2	76,2	35,4	263	0,85	0,15	4,05	0,28	Nº 374
)											
	Рис отварной	150	6,93	8,73	14,61	75	466,42	140,76	115,22	392,1	1,6	00'0	00'0	00'0	Nº 304
	Чай с сахаром	200	3,0	0,20	00'0	14,00	28,00	00'9	00'00	00,00	0,40	00'00	00'0	00'0	Nº 943
	Хлеб пшеничный	20	0.92	1,2	0,4	8,3	42,7	00'0	9'9	17,4	0,50	90'0	00'0	00'0	Nº8
									-	-	-				

									Τ	T		T					T				T						
N ₉ 7	Nº 338			Nº 13	Nº 436	7	No 379	No8	No7		Nº 41				Nº 40			Nº 487	No 202			Nº 943	Nº8	N ₂ 7			Ne9
00'0	00,00	0,28		00'00	0,22	L	50'0	0.00	0.00	2010	29,50	1	67'67		0			0,05	0,00			00,00	00'0	00,00	0,05		00'0
00'00	15,0	19,05		5,70	7.17	7	1,3	0.00	000	00/0	00'00		14,1/		10.96			1,8	00'0			00'0	00'0	00'0	12,76		4,08
0,05	00'0	0,26		0,02	0,11	0	00'00	0.06	0.05	20,0	00'0		0,24		0,02			0,07	00'0			00,00	90'0	0,05	0,2		00'0
98'0	3,3	7,01		0,34	2.19	7	0,13	0.50	0.36	00,0	00,00		3,52		92.0			1,6	1,09			0,40	0,50	0,36	4,71		0,88
37,7	00'0	710,2		24,01	278	0	168,00	174	37.7	1110	1,00		526,11		0			138,93	00'00			00'0	17,4	37,7	194,03		00'0
0'9	13,5	176,72		7,98	35,2		14,00	6 6	0/5	0,0	00,00		69,78		15.63			17,3	10,86			00'0	9'9	0'9	56,39		20,00
10,5	24,0	257,46		13,11	17.5		125,78	000	105	TO'T	0,50		167,39		30.46			16,0	16,19			00′9	00'0	10,5	79,15		23,2
59,3	70,3	812,92		40,38	326.2		100,6	7.61	7,77	5,50	37,50		606,68		72			150,0	260,95			28,00	42,7	59,3	612.95		99,2
69'0	14,7	118,71		1,43	19.88		15,9	2 0	0,50	60'0	0,05		46,25		8.8			9'0	40,61			14,00	8,3	69'0	73.0		5,76
98'0	9'0	21,0		3,65	14.1		2,68	70	7,0	00'0	4,10		25,29		3.6			7,4	7,71			00'00	0,4	0,36	19.47		4,16
1,98	9,0	27,0		0,46	9.78		3,17	1,	1,00	1,30	00'00		16,5		1,2			19,2	7,28			0,20	1,2	1,98	31,0		0,72
1,35	14,20	57,10		10,80	39,48		1,03	000	10.0	1,55	3,52		57,10		3,88			30.25	17,47			3,23	0.92	1,35	57,10		7,62
30	100	009		09	200		200	00	0.4	30	2		455		80			100	200			200	20	30	610		80
Хлеб ржаной	Фрукты свежие	итого:		Салат из свежих	Жаркое по-	домашнему	Кофейный	National Action	Vieo IIII ehinahalin	хлео ржанои	Масло сливочное	порциями	MTOFO:		Салат	Витаминный с	растит маслом	Птица отварная	Макаронные	изделия	отварные	Чай с сахаром	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	итого:		Салат из моркови
			День 3		Горячий	завтрак								День 4	Горячий	завтрак				- Tan						Лень 5	Горячий

	1	1		T		1	
•	Nº 608	Nº 128	Nº 639	Ne8	No.7		
	00'0	00'0	0,12	00'0	00'0	co	3,12
	0.15	24,92	9,35	00'00	00'0	0,1	9,000
	00'0	00'0	0,12	90'0	0,05	0,04	0,27
	1,50	1,44	96'0	0,50	98'0	2,0	6,34
	116.38	00'00	52,6	17,4	37,7	1,3	225.3
,	32.13	38,36	19,6	9'9	0'9	21,3	105,63
	43.75	58,32	28,7	00'0	10,5	11	175,47
	228.75	241	110	42,7	59,3	112	892,95
	15.70	25,18	35,2	8,3	69'0	24	114,83
	11.55	12,82	90'0	0,4	98'0	3,1	32,45
	15.5	4,34	10,0	1,2	1,98	6'0	34,6
	35,25	200 10,98	200 2,12	0.92	1,35	4,06	57,10
	100	200	200	20	30	40/	089
и яблок=	Котлеты особые	Картофельное пюре	Компот из смеси сухофруктов	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Кондитерские изделия (вафли)	итого:
завтрак							