

МКОУ «Средняя школа №1» г. Луны
 Утверждаю: Лунова Н.В.
 Директор ООО «Калужский комбинат школьного питания»
 Кашурина Е.И.
 Приложение №2
 к муниципальному контракту № 6 от 28.12.2024 г

Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые вещества, г						Энерг ценн, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества			номер рецептуры
		7 - 11 лет							B1	E	C	Ca	Fe			
		Б	Ж	У	Б	Ж	У									
1 День																
Завтрак																
Макароны запеченные с сыром	200/15	10,3	12,4	41,2			318	0,036	0	15,0000	8,4	0,54				261
Масло сливочное порциями	10	0,13	7,25	0,09			66,1	0	0,01	0,0000	0,24	0				75
Чай Каркаде	200/15	0	0,01	14			56,09	0,01	0	0,1000	0,5	0,13				79
Хлеб ржаной	30	2,4	0,45	12,3			62,85	0,075	0,69	0,0000	9,9	1,32				574
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,87	15,42			78,51	0,033	0,51	0,0000	14,1	1,17				576
Итого день:	505	15,08	20,98	83,01			581,55	0,154	1,21	15,1000	33,14	3,16				
2 День																
Завтрак																
Каша из крупы "Геркулес" молочная с маслом сливочным	200/10	12,65	11,12	16,8			217,88	0,06	0,45	0,0000	114,75	0,56				234
Кофейный напиток с молоком	200/15	3,1	3,27	19,67			117,23	0,02	0,08	0,2000	105	0,07				465
Сыр порциями	15	3,48	4,43	0			53,7	0	0	0,0000	2	0				79
Хлеб ржаной	30	2,4	0,45	12,3			62,85	0,075	0,69	0,0000	9,9	1,32				574
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,87	15,42			78,51	0,033	0,51	0,0000	14,1	1,17				576
Итого день:	500	23,88	20,14	64,19			530,17	0,188	1,73	0,2000	245,75	3,12				
3 День																
Завтрак																
Омлет натуральный	150	12,9	19,61	3,23			238,6	0,036	0	15,0000	8,4	0,54				268

Завтрак по-домашнему с курицей	200/15	9,1	6,4	21	225	0,11	2,6	7,3000	31,6	1,82	171
Масло сливочное порциями	10	0,13	7,25	0,09	66,1	0	0,01	0,0000	0,24	0	75
Кофейный напиток с молоком	200/15	3,1	3,27	19,67	117,23	0,02	0,08	0,2000	105	0,07	465
Хлеб ржаной	30	2,4	0,45	12,3	62,85	0,075	0,69	0,0000	9,9	1,32	574
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,87	15,42	78,51	0,033	0,51	0,0000	14,1	1,17	576
Итого день:	500	17	18,2	68,5	549,7	0,2	3,9	7,5000	160,8	4,4	

8 День

Завтрак											
Макароны запеченные с сыром	200/15	10,3	12,4	41,2	318	0,036	0	15,0000	8,4	0,54	261
Масло сливочное порциями	10	0,13	7,25	0,09	66,1	0	0,01	0,0000	0,24	0	75
Кисель из концентратов витаминизированный	200/15	0	0	7,5	30	0	0	0,0000	1,7	0,01	484
Хлеб ржаной	30	2,4	0,45	12,3	62,85	0,075	0,69	0,0000	9,9	1,32	574
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,87	15,42	78,51	0,033	0,51	0,0000	14,1	1,17	576
Итого день:	500	15,08	20,97	76,51	555,46	0,144	1,21	15,0000	34,34	3,04	

9 День

Завтрак											
Каша из крупы "Геркулес" молочная с маслом сливочным	200/10	12,65	11,12	16,8	217,88	0,06	0,45	0,0000	114,75	0,56	234
Сыр порциями	15	3,48	4,43	0	53,7	0	0	0,0000	2	0	79
Кофейный напиток с молоком	200/15	3,1	3,27	19,67	117,23	0,02	0,08	0,2000	105	0,07	465
Хлеб ржаной	30	2,4	0,45	12,3	62,85	0,075	0,69	0,0000	9,9	1,32	574
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,87	15,42	78,51	0,033	0,51	0,0000	14,1	1,17	576
Итого день:	500	23,88	20,14	64,19	530,17	0,188	1,73	0,2000	245,75	3,12	

10 День

Завтрак											
Картофель тушеный с курицей	200/15	9,1	6,4	21	225	0,11	2,6	7,3000	31,6	1,82	171
Кофейный напиток с молоком	200/15	3,1	3,27	19,67	117,23	0,02	0,08	0,2000	105	0,07	465
Масло сливочное порциями	10	0,13	7,25	0,09	66,1	0	0,01	0,0000	0,24	0	75
Хлеб ржаной	30	2,4	0,45	12,3	62,85	0,075	0,69	0,0000	9,9	1,32	574
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,87	15,42	78,51	0,033	0,51	0,0000	14,1	1,17	576
Итого день:	505	17	18,2	68,5	549,7	0,2	3,9	7,5000	160,8	4,4	