

Согласовано»

директор Терновской ООШ

трикова С.И.



На бесплатное питание (завтрак) для детей из малообеспеченных семей учащихся с 5 по 11 кл. Базковской СОШ, Калининской СОШ, Кружилинской СОШ, Меркуловской СОШ, Колундаевской СОШ, Калиновской ООШ, Терновской ООШ

2024-2025ГГ

82,42

Сезон: Все
Возраст: 5-11 лет

День: понедельник
Неделя: 1

Исходные данные для начального образования

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					РЭ
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		12	13	14	15		
группа																
сб. 2017	Сосиска отварная	60	7	14	0,2	175,76	0,129	3,98	249,4	0,77	31	97	13	1	284,61	
сб. 2017	макароны отварные	150	8,3	9	37,4	281,22	0,02	2		0,04	22,91	172,7	24,86	1,82	10	
сб. 94г	Овощи по сезону	30	1	0,1	40,4	161,42	0,036	0,97	16,25	0,001	11	8	10,4	0,3	35,69	
1115-001-23357	хлеб пшеничный, рж	2/40Р	3,8	2,36	23,55	137,33	0,23	1,42	1,2	1,77	11	37	14,5	0,69	3	
сб. 2017	Чай с сахаром	200	0,1		15	57,7	0,03			0,26	11,1	2,8	4	0		
ито		520	20,2	25,46	116,55	813,43	0,445	8,37	266,83	2,85	76,01	317,5	66,76	3,81	333,3	

Исходные данные и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 2)

Сезон: Все
Возраст:

День: вторник
Неделя: 1

Исходные данные для начального образования

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					РЭ
							B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe		
			Б	Ж	У											
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		12	13	14	15		
трак																
сб. 2017	Сыр	20	5	5		65	0,08	1,94	62,01	0,82	200	0	9	0	596,19	
сб. 2017	Каша молочная из манной крупы	200/10/10	4	8	29	198,2	0,01	0,06	15	0,05	119	108	18	0	16,05	
		40/35Р	3,8	2,36	23,55	137,33	0,23	1,42	1,2	1,77	11	37	14,5	0,69	3	
9115-001-23357	Хлеб															
сб. 2017	какао напиток	200	0,1	0	15	57,7	0,01	0,12	34,5	0,08	11,1	2,8	4	0	38,7	
		515	12,9	15,36	67,55	458,23	0,33	3,54	112,7	2,72	341,1	147,8	45,5	0,69	653,94	

Бух. Калькулятор:
Повар:

Сезон: Все
 День: среда
 Неделя: 1

Сезон: Все
 День: среда
 Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)						РЭ
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		12	13	14	15			
Неделя: 1																	
возраст:																	
г/к																	
сб, 2017	поджарка куриная	50/30	13	11	89	489,2	0,08			1,89	132	172	27	1			
сб, 2012	каша пшеничная	150	1,00	2,0	8,0	52,4	88,4	0,0	20,5	0,1	156,0	147,0	25,0	1,0	1,2		
	хлеб пш рж	40/35Р	3,8	2,36	23,55	131	0,23	1,42	1,2	1,77	11	37	14,5	0,69	3		
сб, 2017	Чай с сахаром 2	200	0,1		15	57,7	0,03			0,26	12	4	4	0			
		505	16,76	11,11	57,76	492,75	0,34	1,42	1,2	3,92	161,1	207,43	35,88	1,52	4,2		

Сезон: Все
 День: четверг
 Неделя: 1

Сезон: Все
 День: четверг
 Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)						РЭ
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		12	13	14	15			
трак																	
сб. 2017	котлета мясная	60	6	8	7	122,6	0,06	0,73	20,1	0,32	10	18	14	1	35,62		
сб. 2017	каша гречневая	120	3	9,16	22	178,04	0	0,09			41	96	33	1			
	овощи по сезону	30															
сб. 94г	соус кр осн	30	0,84	0,1	40,4	157,78	0,036	0,97	16,25	0,009		8	10,4	0,3	35,69		
9115-001-23357	хлеб пш рж	2/40Р	3,8	2,36	23,55	137,33	0,23	1,42	1,2	1,77	11	37	14,5	0,69	3		
сб. 2017	Чай с сахаром 2	200	0,1		15	57,7	0,03			0,26	12	4	4	0			
итого		520	13,74	19,62	107,95	653,45	0,356	3,21	37,55	2,36	74	163	45,9	2,99	74,31		

Бух. Калькулятор:
 Повар:

Сезон: Все

Возраст: 1

День: пятница

Неделя: 1

Неделя: 1															Возраст:				
№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					РЭ			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		12	13	14	15					
сб. 2017	Тфтели мясные	60	11	15	12	224,6	0,07	2,85		2,15	34	28	19	1	63,2				
сб. 94г	макароны	150	1	2	4	37,2	0,036	0,97	16,25	0,001	23	16	8	0	35,69				
	овощи по сезону	40																	
115-001-	хлеб пш рж	40/30	3,8	2,36	23,55	137,33	0,23	1,42	1,2	1,77	11	37	14,5	0,69	3				
3357																			
сб. 2017	Чай с сахаром 2	200	0,1		15	57,7	0,03			0,26	12	4	4	0					
сб. 2017		200						24,78	34,75	4,35	81	122	54,5	2,55	124,31				

Сезон: Все

Возраст: 2

День: понедельник

Неделя: 2

Неделя: 2															Возраст:									
№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)					РЭ									
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe										
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		12	13	14	15										
трак																								
сб. 2017	Сосиска отварная	60	13	15	24	278,2	0,129	3,98	249,4	0,77	15	56	31	1	284,61									
сб. 2017	каша пшеничная	150	0,84	0,12	40,4	157,96	0,39	50,76	5922	0,94	0	0	10,4	0	6048,3									
	соус кр основной	30	0,84	0,12	40,4	26																		
	овощи по сезону	30	0,84	0,12	40,4	26	0,0036	0,97	16,25	0,01		8	10,4	0,3	35,69									
1115-001-	хлеб пш рж	40/35	3,8	2,36	23,55	137,33	0,23	1,42	1,2	1,77	11	37	14,5	0,69	3									
23357																								
сб. 2017	Чай с сахаром	200	0,1		15	57,7	0,03			0,26	12	4	4	0										
		545	17,74	17,48	102,95	631,19	0,789	56,85	6177	3,78	38	97	59,9	1,69	6344,7									

Бух. Калькулятор:

Повар:

Сезон: Все
Возраст: 2

Сезон: Все
Возраст: 2

Сезон: Все
Возраст: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Неделя: 2				Энергетическая ценность (ккал)	Возраст:				Минеральные вещества (мг)					РЭ
			Пищевые вещества (г)					Витамины (мг)									
			Б	Ж	У			В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	13	14	15				
сб, 2017		20	5	5	0	65	0,08	1,94	62,01	0,82	0	9	0	596,19			
сб, 2017	Сыр	200/10/10	4	12	34	253,2	0	0,9		0,02	108	18	0				
сб, 2017	Каша "Дружба"	40/35	3,8	2,36	23,55	137,33	0,23	1,42	1,2	1,77	37	14,5	0,69	3			
115-001-	Хлеб 1																
3357																	
сб, 2017	какао напиток	200	0,1	0	15	58	0,01	0,12	34,5	0,08	4	4	0	38,7			
сб, 2017		515	18,54	23,24	104,14	533,6	0,32	4,38	97,71	2,69	451,14	423,99	84,5	637,89			

Сезон: Все
Возраст: 2

Сезон: Все
Возраст: 2

Сезон: Все
Возраст: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Неделя: 2				Возраст:				Минеральные вещества (мг)						РЭ
			Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)									
			Б	Ж	У			В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	13	14	15				
трак																	
сб. 2017	рыба жаренная	50	12	9	98	501	0,08			1,89	132	172	27	1			
сб. 2017	пюре картофельное	150	1	2	8	52	0	0,09			156	147	25	1			
	овощи по сезону	40															
	хлеб пш рж	2/25,															
	соус кр основ	30															
сб. 2017	Чай с сахаром	200	0,1		15	58	0,03			0,26	12	4	4	0			
сб. 2017		520	16,76	11,11	57,76	492,75	0,34	1,42	1,2	3,92	161,1	207,43	35,88	1,52	3,1		
сб. 2017																	

Бух. Калькулятор:
Повар:

