


УТВЕРЖДАЮ:
Директор
МБОУ «Новичихинская СОШ»
Е.Ю. Левшина
Приказ №189-р. от 01 августа 2023г.

The stamp is circular with a double border. The outer ring contains the text "МБОУ «Новичихинская СОШ»" at the top and "г. Новичихинское, Пермский край" at the bottom. The inner ring contains "Учреждение образования" at the top and "ИНН 2266002194" at the bottom. In the center, there is a signature and the date "01 августа 2023г.". The stamp is partially overlaid by the text of the order.

МЕНЮ
для организации горячего питания учащихся
7-11 лет
МБОУ «Новичихинская СОШ»
2023-2024 учебный год

**(При составлении меню использован
сборник рецептур и кулинарных изделий
для школьных образовательных учреждений,
Пермь 2008г., Издание 4.)**

№ Технологи ческой карты	Наименование блюда	Масса блюда	Пищевые вещества			Ккалл	Минеральные вещества				Витамины (мг)			
			белки	жиры	углевод ы		Са	P	Mg	Fe	B1	C	A	E
№16	Салат из свежих огурцов	60	0,36	5,04	1,5	51,8	1,7	1,8	1,6	1,9	1,2	6,7	0,7	0,4
№205	Сосиски, сардельки, колбаса отварные	90-120	6,62	16,04	1,57	179,72	3,1	27	5,7	14	0	0,03	0	0
№227	Макаронные изделия отварные	150	2,52	2,3	35,33	211,46	1,1	6,8	2,3	5	4	0	0	5
№300	Чай с сахаром, варением, медом	200	0,2	0	10,2	40,2	15,6	0	0	0,6	0	2,9	0	0
ГОСТ 2077- 84	Хлеб пшеничный	60	4,92	0,78	28,14	140,16	2,5	5,6	2,1	4	0,12	0	0,06	0
ГОСТ 2077- 84	Хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7	2,2	5,7	3	4,7	8,7	0,1	0	0,7
	ИТОГО:	590	17,22	25,16	89,54	701,04	26,2	46,9	14,7	30,2	14,02	9,73	0,76	6,1

1-2 классы завтрак 1 день 1 неделя

1-2 классы завтрак 2 день 1 неделя	№ Технологической карты	Наименование блюда	Масса блюда	Пищевые вещества			Ккалл	Минеральные вещества				Витамины (мг)			
				белки	жиры	углеводы		Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	E
	№67	Борщ с капустой и картофелем и тушеным консервированным мясом	200	2,9	2,66	10,81	111,11	5,8	3,8	8,8	8,3	5	28	2,8	1,7
№282	Компот из свежих плодов или ягод	200	0,16	0	14,99	60,64	1,8	0,7	1,4	1,4	0,013	3,104	0	0	
	Кондитерские изделия	70	6,48	8,2	68,31	373	17,1	0	0	1,22	0,09	0,01	0	0,08	
ГОСТ 2077-84	Хлеб пшеничный	20	2,1	0,9	8,7	54,8	2,5	5,6	2,1	4	5,5	0,05	0	0,3	
ГОСТ 2077-84	Хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7	2,2	5,7	3	4,7	8,7	0,1	0	0,7	
	ИТОГО:	520	14,24	12,76	115,61	677,25	29,4	15,8	15,3	19,62	19,3	31,264	2,8	2,78	

1-2 классы завтрак 3 день 1 неделя	№ Технологической карги	Наименование блюда	Масса блюда	Пищевые вещества			Ккалл	Минеральные вещества				Витамины (мг)			
				белки	жиры	углеводы		Са	Р	Mg	Fe	В1	С	А	Е
	№102	Каша "Дружба"	200	4,7	5,7	19,8	152	138	0	0	0,4	0,1	1,1	0	0,2
	№772	Булочка с маком	50	4,2	7,57	34,87	263,02	11,14	42,54	8,82	0,96	0	0	0	0
	286	кофейный напиток	200	2,79	3,19	19,71	118,69	1,1	1,1	1,5	8,9	0	0,4	0	0
	ГОСТ 2077-84	Хлеб пшеничный	60	4,92	0,78	28,14	140,16	2,5	5,6	2,1	4	0,12	0	0,06	0
		ИТОГО:	510	16,61	17,24	102,52	673,87	152,74	49,24	12,42	14,26	0,22	1,5	0,06	0,2

№ Технологи ческой карты	Наименование блюда	Масса блюда	Пищевые вещества			Ккалл	Минеральные вещества				Витамины (мг)			
			белки	жиры	углеводы		Са	Р	Mg	Fe	В1	С	А	Е
№211	Плов из отварной птицы	240	12,2	14,33	41,05	747,09	2,5	60	28	11	6,3	1,5	35	25
№30	Салат из соленых огурцов с луком	60	0,51	3,04	1,98	36,9	2,4	0,7	1,8	1,6	0	0	0	0
№283	Компот из сухофруктов	200	0,56	0	27,89	113,79	0,5	2,5	4,9	3,3	0,4	0,4	22	0
ГОСТ 2077- 84	Хлеб пшеничный	20	2,1	0,9	8,7	54,8	2,5	5,6	2,1	4	5,5	0,05	0	0,3
ГОСТ 2077- 84	Хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7	2,2	5,7	3	4,7	8,7	0,1	0	0,7
	ИТОГО:	550	17,97	19,27	92,42	1030,28	10,1	74,5	39,8	24,6	20,9	2,05	57	26

1-2 классы завтрак 4 день 1 недели

1-2 классы завтрак 5 день 1 неделя	№ Технологической карты	Наименование блюда	Масса блюда	Пищевые вещества			Ккалл	Минеральные вещества				Витамины (мг)			
				белки	жиры	углеводы		Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	E
№206	Жаркое домашнему из мясных консервов говядина тушеная	240	18,42	20,69	19,77	337,6	4	57	20	32	13	22	4,4	5,3	
№22	Салат из свежих помидоров	60	0,63	2,35	2,9	71,2	4,3	2,1	3,8	3,2	1,7	22	19	2,7	
№294	чай с лимоном	200	0,2	0	10,2	40,2	15,6	0	0	0,6	0	0,9	0	0	
ГОСТ 2077-84	Хлеб пшеничный	20	2,1	0,9	8,7	54,8	2,5	5,6	2,1	4	5,5	0,05	0	0,3	
ГОСТ 2077-84	Хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7	2,2	5,7	3	4,7	8,7	0,1	0	0,7	
	ИТОГО:	550	23,95	24,94	54,37	581,5	28,6	70,4	28,9	44,5	28,9	45,05	23,4	9	

	№ Технологической карты	Наименование блюда	Масса блюда	Пищевые вещества			Ккал	Минеральные вещества				Витамины (мг)			
				белки	жиры	углеводы		Ca	P	Mg	Fe	B1	C	A	E
1-2 классы завтрак 1 день 2 недели	№219	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	5,43	45	263,81	1,3	13	21	16	10	0	0,3	17
	№22	Салат из свежих помидоров	60	0,63	2,35	2,9	71,2	4,3	2,1	3,8	3,2	1,7	22	19	2,7
	№205	Сосиски, сардельки, колбаса отварные	90-120	6,62	16,04	1,57	179,72	3,1	27	5,7	14	0	0,03	0	0
	№300	Чай с сахаром, варением, медом	200	0,2	0	10,2	40,2	15,6	0	0	0,6	0	2,9	0	0
	ГОСТ 2077-84	Хлеб пшеничный	20	2,1	0,9	8,7	54,8	2,5	5,6	2,1	4	5,5	0,05	0	0,3
	ГОСТ 2077-84	Хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7	2,2	5,7	3	4,7	8,7	0,1	0	0,7
		ИТОГО:	550	20,88	25,72	81,17	687,43	29	53,4	35,6	42,5	25,9	25,08	19,3	20,7

1-2 классы завтрак 2 день 2 недели	№ Технологической карты	Наименование блюда	Масса блюда	Пищевые вещества			Ккалл	Минеральные вещества				Витамины (мг)			
				белки	жиры	углеводы		Са	Р	Mg	Fe	В1	С	А	Е
	№72	Суп рыбный	200	5,62	4,31	21,28	184,5	7,9	52	16	16	23	33	73	13
	Кондитерские изделия	70	6,48	8,2	68,31	373	17,1	0	0	1,22	0,09	0,01	0	0,08	
№283	Компот из сухофруктов	200	0,56	0	27,89	113,79	2,5	2,5	4,9	3,3	0,4	0,4	22	0	
ГОСТ 2077-84	Хлеб пшеничный	20	2,1	0,9	8,7	54,8	2,5	5,6	2,1	4	5,5	0,05	0	0,3	
ГОСТ 2077-84	Хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7	2,2	5,7	3	4,7	8,7	0,1	0	0,7	
	ИТОГО:	540	17,36	14,41	138,98	803,79	32,2	65,8	26	29,22	37,69	33,56	95	14,08	

1-2 классы завтрак 3 день 2 недели	№ Технологической карты	Наименование блюда	Масса блюда	Пищевые вещества			Ккалл	Минеральные вещества				Витамины (мг)			
				белки	жиры	углеводы		Са	Р	Mg	Fe	В1	С	А	Е
№108	Каша молочная пшеничная (кукурузная) жидкая	200	7,04	4,27	34,29	227,16	15	12	15	8,9	13	4,7	156	31	
№330	Ватрушка с творожным, овощным, фруктовым, сладким фаршем	100	7,73	6,48	48,1	282,1	17,1	0	0	1,22	0,1	0,1	0,11	0	
№294	Чай с лимоном	200	0,2	0	10,2	40,2	15,6	0	0	0,6	0	2,9	0	0	
ГОСТ 2077-84	Хлеб пшеничный	20	2,1	0,9	8,7	54,8	2,5	5,6	2,1	4	5,5	0,05	0	0,3	
	ИТОГО:	520	17,07	11,65	101,29	604,26	50,2	17,6	17,1	14,72	18,6	7,75	156,1	31,3	

№ Технологическая карта	Наименование блюда	Масса блюда	Пищевые вещества			Ккалл	Минеральные вещества				Витамины (мг)			
			белки	жиры	углеводы		Са	Р	Mg	Fe	В1	С	А	Е
№241	Картофельное пюре	150	3,19	1,06	23,29	160,45	5,8	7,9	6,4	5	8	15	3,3	15
№120	Гуляш	90-100	12,4	10,9	3,6	160,2	19,6	0	0	1,6	0	1,8	0	0
№26	Салат из свеклы с солеными огурцами	60	0,75	6,04	4,65	76,08	2,4	0,7	1,8	1,6	0	0	0	0
№269	какао	200	3,77	3,93	25,95	153,92	0,54	2,7	0,351	0	0	0,4	0	0
ГОСТ 2077-84	Хлеб пшеничный	20	2,1	0,9	8,7	54,8	2,5	5,6	2,1	4	5,5	0,05	0	0,3
ГОСТ 2077-84	Хлеб ржаной	30	2,6	1	12,8	77,7	2,2	5,7	3	4,7	8,7	0,1	0	0,7
	ИТОГО:	600	24,81	23,83	78,99	683,15	33,04	22,6	13,651	16,9	22,2	17,35	3,3	16

1-2 классы завтрак 4 день 2 недели

