


**СОГЛАСОВАНО:**

И. о. начальника ТО Управления  
Роспотребнадзора по СК  
в Шпаковском районе  
Управление  
по Ставропольскому району  
И. о.   
В. В. Евтеева  
«  »    2023г.

**УТВЕРЖДАЮ:**

Генеральный директор  
ООО «Северная Пальмира»  
  
В. С. Цормутян  
«  »    2023г.



**СОГЛАСОВАНО:**

Директор МКОУ СОШ 2 с. Бешпагир  
  
«30»    2023г.

**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ – РАСКЛАДКА**

**Для организации горячего питания (завтрак) детей участников СВО и мобилизованных  
Грачевского муниципального округа  
«2023/2024учебный год»**

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества(мг)							Витамины(мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		К	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	B2	PP	C	
<b>Первая неделя</b>																	
<b>1 ДЕНЬ (понедельник)</b>																	
<b>ЗАВТРАК</b>																	
183/2017	Каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом сливочным	250	10,3	14,8	54,0	387,8	311,5	225,6	67,3	281,0	3,6	0,0	0,0	0,0	1,9	2,1	
3 /2017	Бутерброд с сыром	50	5,8	8,875	15,005	165,65	58,75	164,9	11,1	28,7	0,52	0,1	0,048	0,0255	0,477	0	
377/2017	Чай с лимоном	200	0,1	0	15,17	60,05	24,25	5,6	3	5,6	0,4	0	0	0	0	2,8	
389/2017	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке (в ассортименте)	1 шт./200	1	0,2	20,2	92	240	14	8	14	2,8	0	0	0	0,4	4	
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>700</b>	<b>17,2</b>	<b>23,8</b>	<b>104,4</b>	<b>705,5</b>	<b>1103,90</b>	<b>410,1</b>	<b>89,4</b>	<b>329,3</b>	<b>10,7</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>2,7</b>	<b>8,9</b>	
<b>2 ДЕНЬ (вторник)</b>																	
<b>ЗАВТРАК</b>																	
288/2017	Пшеница отварная	90	18,99	12,24	0,00	185,63	160,20	35,10	18,00	128,70	1,62	18,00	0,03	0,12	4,32	0,00	
310/2017	Картофель отварной	180	4,06	6,20	33,16	205,16	1155,31	20,34	46,79	116,77	1,84	0,00	0,00	0,00	2,64	40,68	
г/п	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,31	0,9	14,94	78,6	38,1	7,8	10,5	24,9	0,48	0	0,048	0,024	0,462	0	
376/2017	Чай с сахаром	200	0,1	0	14,97	57,65	12,85	2,8	2,2	4,12	0,4	0	0	0	0	0	
389/2017	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке (в ассортименте)	1 шт./200	1	0,2	20,2	92	240	14	8	14	2,8	0	0	0	0,4	4	
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>700</b>	<b>26,46</b>	<b>19,54</b>	<b>83,27</b>	<b>619,04</b>	<b>1606,46</b>	<b>80,04</b>	<b>85,49</b>	<b>288,49</b>	<b>7,14</b>	<b>18,00</b>	<b>0,08</b>	<b>0,14</b>	<b>7,82</b>	<b>44,68</b>	
<b>3 ДЕНЬ (среда)</b>																	
<b>ЗАВТРАК</b>																	
223/2017	Запеканка из творога со стухшим молоком	200/57	28,23	20,58	54,42	516,93	397,17	408,91	55,49	447,01	0,97	0,03	0,00	0,00	0,09	0,00	
382/2017	Какао с молоком	200	3,77	3,80	25,07	145,36	206,96	125,52	31,00	116,20	0,98	0,14	0,04	0,16	0,17	1,30	
г/п	Фрукты по сезону	1 шт./200	0,8	0,8	19,6	94	556	32	18	22	4,4	0	0	0	0	20	
389/2017	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке (в ассортименте)	1 шт./200	1	0,2	20,2	92	240	14	8	14	2,8	0	0	0	0,4	4	
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>857</b>	<b>33,80</b>	<b>25,38</b>	<b>119,29</b>	<b>848,29</b>	<b>1400,13</b>	<b>580,43</b>	<b>112,49</b>	<b>599,21</b>	<b>9,15</b>	<b>0,17</b>	<b>0,04</b>	<b>0,16</b>	<b>0,66</b>	<b>25,30</b>	
<b>4 ДЕНЬ (четверг)</b>																	
<b>ЗАВТРАК</b>																	
268/2017	Биточек из говядины с маслом сливочным	90/9	14,99	23,42	16,08	332,96	257,18	16,60	22,12	146,48	2,16	0,05	0,03	0,15	3,41	0,99	
309/2017	Макаронные изделия отварные	150	5,3464	4,4035	35,616	206,903	64,459	10,346	8,319	45,377	0,623	0,0265	0	0	0	0	

349/2017	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0	31,76	126,4	0,6	0,6	0	0,03	0	0	0	0	0,24
г/л	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,31	0,9	14,94	78,6	38,1	7,8	10,5	24,9	0,48	0	0,048	0,024	0,462
70/71/2017	Овощи по сезону	60	0,48	0,06	1,5	8,4	84,6	13,8	8,4	25,2	0,36	0	0,018	0,024	0,12
389/2017	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке (в ассортименте)	1 шт./200	1	0,2	20,2	92	240	14	8	14	2,8	0	0	0	0,4
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>739</b>	<b>24,57</b>	<b>28,98</b>	<b>120,10</b>	<b>845,26</b>	<b>684,94</b>	<b>63,15</b>	<b>57,34</b>	<b>255,96</b>	<b>6,45</b>	<b>0,08</b>	<b>0,10</b>	<b>0,20</b>	<b>4,39</b>
	<b>5 ДЕНЬ (пятница)</b>														
	<b>ЗАВТРАК</b>														
229/2017	Рыба, тушеная в томате с овощами	60/60	13,87	11,78	5,95	149,37	377,04	34,98	41,24	213,58	0,93	0,01	0,10	0,10	1,39
312/2017	Пюре картофельное	150	3,27	5,11	22,10	147,57	764,57	42,44	32,99	96,75	1,19	0,03	0,01	0,04	1,69
г/л	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,31	0,9	14,94	78,6	38,1	7,8	10,5	24,9	0,48	0	0,048	0,024	0,462
377/2017	Чай с лимоном	200	0,1	0	15,17	60,05	24,25	5,6	3	5,6	0,4	0	0	0	2,8
г/л	Фрукты по сезону	1 шт./200	3	1	42	192	696	16	84	56	0,18	0	0	0	20
399/2014	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке (в ассортименте)	1 шт./200	1	0,2	20,2	92	240	14	8	14	2,8	0	0	0	0,4
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>900</b>	<b>23,55</b>	<b>18,99</b>	<b>120,36</b>	<b>719,59</b>	<b>2139,96</b>	<b>120,82</b>	<b>179,73</b>	<b>410,83</b>	<b>5,98</b>	<b>0,04</b>	<b>0,16</b>	<b>0,16</b>	<b>3,94</b>

**Вторая неделя**

	<b>6 ДЕНЬ (понедельник)</b>														
	<b>ЗАВТРАК</b>														
203/2017	Макаронны с сыром	170	16,07	4,12	29,60	219,73	88,20	59,19	25,90	103,50	0,51	42,97	0,98	0,00	0,00
209/2017	Яйца вареные	1 шт./40	5,08	4,60	0,28	63,00	56,00	22,00	4,80	76,80	1,00	100,00	0,03	0,18	0,00
г/л	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,31	0,9	14,94	78,6	38,1	7,8	10,5	24,9	0,48	0	0,048	0,024	0,462
399/2014	Сок фруктовый (в ассортименте)	200	1	0,2	20,2	92	240	14	8	14	2,8	0	0	0	0,4
73/2017	Консервы овощные закусочные (икра кабачковая)	60	1,14	5,34	4,62	71,4	189	24,6	9	22,2	0,42	0	0	0	4,2
389/2017	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке (в ассортименте)	1 шт./200	1	0,2	20,2	92	240	14	8	14	2,8	0	0	0	0,4
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>700</b>	<b>26,60</b>	<b>15,36</b>	<b>89,84</b>	<b>616,73</b>	<b>851,30</b>	<b>141,59</b>	<b>66,20</b>	<b>255,40</b>	<b>8,01</b>	<b>142,97</b>	<b>1,06</b>	<b>0,20</b>	<b>1,26</b>
	<b>7 ДЕНЬ (вторник)</b>														
	<b>ЗАВТРАК</b>														
173/2017	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес"	150	7,02	11,92	38,91	289,23	135,37	132,27	69,81	228,81	3,23	0,06	0,22	0,18	0,49
3/2017	Бутерброд с сыром	50	5,8	8,88	15,01	165,65	58,75	164,9	11,1	28,7	0,52	0,1	0,048	0,0255	0,477
377/2017	Чай с лимоном	200	0,1	0	15,17	60,05	24,25	5,6	3	5,6	0,4	0	0	0	2,8
г/л	Фрукты по сезону	1 шт./200	0,8	0,8	19,6	94	556	32	18	22	4,4	0	0	0	20

309/2014	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке (в ассортименте)	1 шт./200	1	0,2	20,2	92	240	14	8	14	2,8	0	0	0	0,4	4
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>800</b>	<b>14,72</b>	<b>21,80</b>	<b>108,89</b>	<b>700,93</b>	<b>1014,37</b>	<b>348,77</b>	<b>109,91</b>	<b>299,11</b>	<b>11,35</b>	<b>0,16</b>	<b>0,27</b>	<b>0,21</b>	<b>1,37</b>	<b>27,98</b>
	<b>8 ДЕНЬ (среда)</b>															
	<b>ЗАВТРАК</b>															
292/2005	Птица, тушеная в соусе с овощами	270	35,04	31,93	28,83	557,34	1157,60	78,52	82,60	328,45	4,50	56,80	0,28	0,36	13,19	27,30
868/2009	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0	31,76	126,4	0,6	0,6	0	0	0,03	0	0	0	0	0,24
г/п	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,31	0,9	14,94	78,6	38,1	7,8	10,5	24,9	0,48	0	0,048	0,024	0,462	0
389/2017	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке (в ассортименте)	1 шт./200	1	0,2	20,2	92	240	14	8	14	2,8	0	0	0	0,4	4
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>700</b>	<b>38,79</b>	<b>33,03</b>	<b>95,73</b>	<b>854,34</b>	<b>1436,30</b>	<b>100,92</b>	<b>101,10</b>	<b>367,35</b>	<b>7,81</b>	<b>56,80</b>	<b>0,33</b>	<b>0,39</b>	<b>14,06</b>	<b>31,54</b>
	<b>9 ДЕНЬ (четверг)</b>															
	<b>ЗАВТРАК</b>															
235/2017	Шницель рыбный натуральный с маслом сливочным	90/5	14,54	8,53	10,54	173,71	390,59	54,71	48,58	209,13	0,90	0,04	0,10	0,11	1,06	7,07
312/2017	Пюре картофельное	150	3,27	5,11	22,10	147,57	764,57	42,44	32,99	96,75	1,19	0,03	0,01	0,04	1,69	25,97
376/2017	Чай с сахаром	200	0,1	0	14,97	57,65	12,85	2,8	2,2	4,12	0,4	0	0	0	0	0
г/п	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,31	0,9	14,94	78,6	38,1	7,8	10,5	24,9	0,48	0	0,048	0,024	0,462	0
70/71/2005	Овощи по сезону	60	0,36	0,12	2,52	11,94	174	8,40	12	15,6	0,54	0	0,036	0,024	0,3	15
389/2017	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке (в ассортименте)	1 шт./200	1	0,2	20,2	92	240	14,00	8	14	2,8	0	0	0	0,4	4
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>735</b>	<b>21,58</b>	<b>14,86</b>	<b>85,27</b>	<b>561,47</b>	<b>1620,11</b>	<b>130,15</b>	<b>114,27</b>	<b>364,50</b>	<b>6,31</b>	<b>0,07</b>	<b>0,19</b>	<b>0,20</b>	<b>3,91</b>	<b>52,04</b>
	<b>10 ДЕНЬ (пятница)</b>															
	<b>ЗАВТРАК</b>															
223/2005	Запеканка из творога со стуженным молоком	200/57	28,23	20,58	54,42	516,93	397,17	408,91	55,49	447,01	0,97	0,03	0,00	0,00	0,09	0,00
380/2017	Кофейный напиток с молоком	200	3,55	3,38	25,01	139,74	146,60	125,40	14,00	102,50	0,41	0,02	0,04	0,20	1,30	1,30
г/п	Фрукты по сезону	1 шт./200	1,6	0,4	15	76	310	70	22	34	0,2	20	0,12	0,06	0,6	76
389/2017	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке (в ассортименте)	1 шт./200	1	0,2	20,2	92	240	14	8	14	2,8	0	0	0	0,4	4
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>857</b>	<b>34,38</b>	<b>24,56</b>	<b>114,63</b>	<b>824,67</b>	<b>1093,77</b>	<b>618,31</b>	<b>99,49</b>	<b>597,51</b>	<b>4,38</b>	<b>20,05</b>	<b>0,16</b>	<b>0,26</b>	<b>2,39</b>	<b>81,30</b>
	<b>Всего за 10 дней</b>		<b>261,6</b>	<b>226,3</b>	<b>815,8</b>	<b>7295,8</b>	<b>9645,3</b>	<b>2594,3</b>	<b>1015,4</b>	<b>3767,7</b>	<b>47,0</b>	<b>238,4</b>	<b>2,4</b>	<b>1,9</b>	<b>37,3</b>	<b>352,9</b>
	<b>Среднее значение за 1 день</b>		<b>26,2</b>	<b>22,6</b>	<b>81,6</b>	<b>729,6</b>	<b>964,5</b>	<b>259,4</b>	<b>101,5</b>	<b>376,8</b>	<b>4,7</b>	<b>23,8</b>	<b>0,2</b>	<b>0,2</b>	<b>3,7</b>	<b>35,3</b>