

СОГЛАСОВАНО  
РУКОВОДИТЕЛЬ УПРАВЛЕНИЯ  
РОСПОТРЕБНАДЗОРА ПО  
ВОРОНЕЖСКОЙ ОБЛАСТИ



Согласовано  
Директор МБОУ

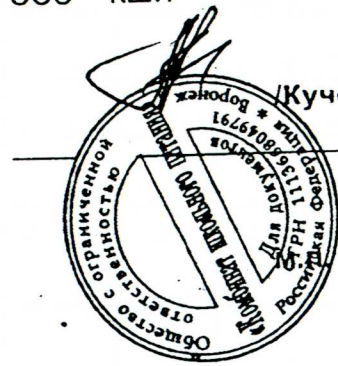
СОШ №95



М.П.

Киселев В.М.

Утверждено  
Директор  
ООО "КШП"



Кучеренко А.Н./

г.

Примерное 10-ти дневное меню школьных завтраков, обедов и полдников для обучающихся в общеобразовательных учреждениях городского округа г. Воронежа на осенне-зимний и весенний периоды  
возрастная категория с 7 - 11 лет

№ реп.	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы , г		В1	С	А	Е	Са, мг	Р	Мg	Fe, мг
247	Макаронны отварные с сыром	150	4,5	6,0	22,0	165,0	0,06	0,0	0,0	2,00	22,0	34,0	8,0	0,80
430	Чай с сахаром	200	0,30	0,0	15,2	60,0	0,00	2,2	0,2	0,0	35,0	58,0	6,0	0,00
	Хлеб пшеничный	50	2,8	0,4	24,4	120,0	0,05	0,0	0,0	0,40	11,4	112,00	12,40	0,2
			7,60	6,40	61,60	345,00	0,11	2,20	0,20	2,40	68,40	204,00	26,40	1,00
75	Икра свекольная	60	1,40	0,06	13,7	111,0	0,0	3,4	0,0	1,00	35,5	60,0	18,0	0,98
101	Суп картофельный с крупой на курином бульоне	200	1,5	2,2	9,7	68,6	0,10	6,6	0,0	1,7	21,4	96,8	18,2	0,7
289	Рагу из птицы	150	12,3	14,0	9,6	197,0	0,10	3,5	0,1	0,7	27,0	259,0	5,0	0,8
412	Компот из сухофруктов витаминизированный	200	0,4	0,0	24,2	90,0	0,0	3,6	0,0	0,0	120,0	12,0	10,0	0,4
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,5	0,5	32,0	150,0	0,07	0,0	0,0	0,50	14,3	120,00	15,60	0,5
			19,10	16,76	89,21	616,60	0,30	17,11	0,12	3,88	218,22	547,80	66,80	3,42
	Слойка с творогом	70	10,30	2,1	10,1	135,0	0,02	0,2	0,1	0,0	113,0	146,0	20,3	0,3
	Сок в ассортименте	200	1,0	0,0	20,20	92,0	0,1	6,0	0,0	0,4	36,0	26,0	22,0	0,6
			11,30	2,10	30,30	227,00	0,10	6,20	0,10	0,40	149,00	172,00	42,30	0,90
Итого			38,00	25,26	181,11	1188,60	0,51	25,51	0,42	6,68	435,62	923,80	135,50	5,32

\* с 1 марта производится замена на салат из вареных овощей.

