

УТВЕРЖДАЮ»
Директор МУП МО Кавказский район
«Комбинат школьного питания»



**Перспективное циклическое меню обедов
для организации питания детей
младшей возрастной группы с 7 до 11 лет
в общеобразовательных учреждениях МО Кавказский район**

	Хлеб ржаной	30,00	1,99	0,36	12,54	61,36	0,16	0,11	0,22	0,00	0,15	38,32	65,63	21,00	1,47	0,36	0,02
	Итого	860,00	28,88	21,67	106,47	736,44	0,34	9,82	5,16	0,12	42,38	475,39	553,62	90,53	3,72	2,05	0,02
	Норма по СанПин	700	26,95	27,65	117,25	822,50	0,42	0,49	21,00	245,00	0,00	385,00	385,00	87,50	7,20	0,04	0,10
	День 9 (четверг)																
	обед																
70	Овощи порционно (по сезону)	80,00	0,49	0,07	1,32	7,86	0,02	0,01	3,41	0,00	0,07	11,83	20,88	9,74	0,35	0,12	0,00
132	Рассольник ленинградский	250,00	2,02	7,68	11,98	125,12	0,09	0,06	8,37	0,00	0,00	29,15	56,72	24,17	0,92	0,00	0,00
228	Рыба, припущенная в молоке	120,00	12,32	7,95	3,42	146,63	0,01	0,08	1,13	0,02	0,00	0,00	51,92	13,45	0,21	0,52	0,00
312	Картофельное пюре	150,00	3,46	5,42	23,05	154,86	0,16	0,12	20,45	0,00	0,20	41,70	97,75	3,14	1,14	0,64	0,00
349	Компот из сухофруктов	200,00	1,04	0,60	10,20	50,36	0,20	0,40	8,00	0,00	1,10	32,00	29,00	21,00	0,64	0,78	0,01
	Фрукты свежие (яблоки)	110,00	0,55	0,55	12,80	64,18	0,04	0,01	5,50	0,00	0,36	27,50	20,13	15,57	0,06	0,53	0,00
	Хлеб пшеничный	50,00	3,38	0,44	25,08	117,80	0,06	0,02	0,00	0,00	0,06	10,00	32,50	7,00	0,56	0,38	0,00
	Хлеб ржаной	30,00	1,99	0,36	12,54	61,36	0,16	0,11	0,22	0,00	0,15	38,32	65,63	21,00	1,47	0,36	0,02
	Итого	990,00	25,25	23,07	100,39	728,17	0,75	0,82	47,08	0,02	1,94	190,50	374,53	115,07	5,34	3,33	0,03
	Норма по СанПин	700	26,95	27,65	117,25	822,50	0,42	0,49	21,00	245,00	0,00	385,00	385,00	87,50	7,20	0,04	0,10
	День 10 (пятница)																
	обед																
3	Бутерброд с сыром и маслом сл.	60,00	5,80	8,02	24,83	194,70	0,05	0,09	0,15	78,60	0,00	139,20	96,00	9,45	0,49	0,00	0,00
161	Суп молочный с крупой	250,00	4,45	5,36	9,22	102,92	0,05	0,14	0,82	33,00	0,00	159,50	113,60	17,67	0,15	0,00	0,00
	Фрукты свежие (яблоки)	110,00	0,55	0,55	12,80	64,18	0,04	0,01	5,50	0,00	0,36	27,50	20,13	15,57	0,06	0,53	0,00
378	Чай с молоком	200,00	0,60	0,40	10,40	47,60	0,02	0,04	3,40	0,00	0,40	21,20	22,60	14,60	0,32	0,12	0,00
	Кондитерское изделие - печенье	12,00	1,68	4,89	18,02	122,81	0,04	0,02	0,00	0,01	0,00	4,94	18,74	6,95	0,36	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	50,00	3,38	0,44	25,08	117,80	0,06	0,02	0,00	0,00	0,06	10,00	32,50	7,00	0,56	0,38	0,00
	Хлеб ржаной	30,00	1,99	0,36	12,54	61,36	0,16	0,11	0,22	0,00	0,15	38,32	65,63	21,00	1,47	0,36	0,02
	Итого	712,00	18,45	20,02	112,89	711,37	0,43	0,43	10,09	111,61	0,97	400,66	369,20	92,24	3,41	1,39	0,02
	Норма по СанПин	700	26,95	27,65	117,25	822,50	0,42	0,49	21,00	245,00	0,00	385,00	385,00	87,50	7,20	0,04	0,10

	Пищевые вещества, г	У	Ж	Б	Энергетическая ценность, кКал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг							
						В1	В2	С	А	Е	Кальций (мг)	Фосфор (мг)	Магний (мг)	Железо (мг)	Цинк (мг)	Йод (мг)
Итого за день по СанПин		335,00	79,00	77,00	2350,00	1,20	1,40	60,00	0,70	10,00	1100,00	1100,00	250,00	12,00	10,00	0,10
обед 30-35 %		117,25	27,65	26,95	822,50	0,42	0,49	21,00	245,00	0,00	385,00	385,00	87,50	7,20	0,04	0,10
Фактически завтрак (СРЕДНЕЕ)	896,10	112,32	30,86	28,77	844,22	0,50	2,53	33,25	65,02	11,04	337,92	495,69	146,84	15,50	2,33	0,02