

Согласовано:

Нурисова ТВ
«*8*» *09* 2023г.



Утверждаю:
Директор МОУ «Новоакшинская СОШ»
С. В. Старостина

«*09*» 2023 г.

**Меню и основные показатели пищевой и энергетической ценности приготовляемых блюд для горячего питания
учащихся 11 – 17 лет МОУ «Новоакшинская средняя общеобразовательная школа» Староайговского муниципального района
Республики Мордовия на учебный год**

	Икра кабачковая консервированная	80	1,36	4,54	16,33	71,54	28,7	40	25,3	0,73	0,045	4,02		2,0
93	Суп молочный с макаронными изделиями	250	7,19	6,51	23,55	181,5	202,03	30,18	172,48	0,64	0,11	1,14	38,25	
332	Кисель	200	0,31		39,4	160	22,46	5,58	18,5	0,19	0,012	2,4		0,1
	Хлеб пшеничный	50	3,9	0,25	25,1	118,4	11,5	16,5	42	1	0,125			1
	ИТОГО:		12,76	1395	111,6	531,44	264,69	260,26	93,52	2,96	0,292	7,56	38,25	3,2
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины			
			Белки г	Жиры г	Угле- воды, г	Энерг. Ценность, ккал	Ca	P	Mg	Fe	B ₁	C	A	E
Обед														
23	Салат из свежих помидоров	100	1,11	6,18	4,62	78,56	17,21		17,62	0,83	0,09	20,3		3,3
96	Рассольник Ленинградский	250	2,4	6,1	14,38	128,8	35,04	77,64	29	1,1	1,108	10	194,16	3
279	Тефтели	150	73,2	7,95	9,32	137,2	25,4	102,88	12,1	0,79	0,05	0,65	39,36	
171	Каша рассыпчатая гречневая	250	11,1	11,9	49,8	350	32,98	254,37	175,6	5,91	0,26		36,9	6,1
868	Чай	200	0,04		24,76	94,2	6,4	3,6		0,18	0,01	1,08		
	Кислота аскорбиновая	0,070												0,1
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,13	0,24	13,56	63,42	9,15	12,3	36	0,69	0,06			1,1
	Хлеб пшеничный 1 сорта	60	4,65	0,3	30,15	142,05	13,8	19,8	50,4	1,2	0,15			1,1
	Итого		94,63	32,67	146,59	99,4,23	139,98	524,89	266,42	10,7	1,728	32,03	270,42	14,1

Согласовано:

Курицова Т.В.
« 8 » 09 2023 г.



Утверждаю:
Директор МОУ « Новоакшинская СОШ»

С. В. Старостина

2023 г.

**Меню и основные показатели пищевой и энергетической ценности приготовляемых блюд для горячего питания
учащихся 7 – 11 лет МОУ « Новоакшинская средняя общеобразовательная школа » Старошайговского муниципального района
Республики Мордовия на учебный год**

	Икра кабачковая консервированная	80	1,1	5,3	4,6	71,4	24,6	9	22,2	0,4		4,2	91,8	
93	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,75	5,21	18,84	145,2	161,62	137,98	24,14	0,51	0,09	0,91	30,6	
332	Кисель	200	0,31		39,4	160	22,46	18,5	5,58	0,19	0,012	2,4		0,2
	Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7	9,2	13,2	33,6	0,8	0,01			0,8
	ИТОГО:		10,52	9,95	94,67	471,44	221,98	230,08	68,22	2,23	0,247	7,33	30,6	3,05
№ ре- цептуры	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины			
			Белки г	Жиры г	Угле- воды, г	Энерг. Ценность, ккал	Ca	P	Mg	Fe	B ₁	C	A	E
			Обед											
23	Салат из свежих помидоров	100	1,11	6,18	4,62	78,56	17,21		17,62	0,83	0,09	20,3		3,37
96	Рассольник Ленинградский	250	2	5,09	11,98	107,3	29,2	64,7	24,2	0,9	0,09	8,38	161,8	2,5
279	Тефтели	120	58,5	6,36	7,45	109,8	20,3	64,3	7,3	0,63	0,04	0,52	24,6	
171	Каша рассыпчатая гречневая	200	8,3	8,9	37,35	262,5	24,7	190,78	131,7	4,4	0,19		27,7	4,8
868	Чай с сахаром	200	0,04		24,76	94,2	6,4	3,6		0,18	0,01	1,08		
	Кислота аскорбиновая	0,035												0,2
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,42	0,16	9,04	42,28	6,1	8,2	24	0,46	0,04			0,8
	Хлеб пшеничный 1 сорта	40	3,1	0,2	20,1	94,7	9,2	13,2	33,6	0,8	0,01			
	Итого		74,47	26,89	115,3	789,34	113,11	380,98	202,22	8,2	0,56	30,28	214,1	11,67