

Документ подписан электронной подписью.

Утверждаю директор МКОУ «ООШ» с.  
Перетино

\_\_\_\_\_ Жибарь Е.Ю.

02.09.2022

**Циклическое десятидневное меню (завтрак) для организации питания детей 11- 18 лет в муниципальном казённом общеобразовательном учреждении «Основная общеобразовательная школа» с. Перетино Партизанского муниципального района (осень - зима).**

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда Документ подписан электронной подписью.	Масса порций	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>1 день</b>														
201	Рис отварной с маслом	180/5	4,1	5,6	45,3	219,4	0,09	-	0,04	-	11,82	81,26	11,78	0,07
204	Тефтеля мясная	90	9,9	13,1	9,3	142,0	0,03	0,09	0,04	-	23	129,4	12,1	0,5
53	Закуска (икра кабачковая ж/б)	50	1,8	8,8	7,7	109,0	0,02	5	0,12	-	26,8	44,83	7,9	0,12
	Хлеб пшеничный	60	3,7	0,98	16,7	84,0	0,08	-	0,07	1,84	14,95	56,55	9,7	0,6
271	Чай с лимоном	200/ 5	0,1	0	9,3	37,0	-	0,28	-	-	20	3,5	1,3	0,29
	<b>Итого:</b>	<b>610</b>	<b>20,6</b>	<b>31.58</b>	<b>100,7</b>	<b>581,4</b>	<b>0,32</b>	<b>5,37</b>	<b>0,27</b>	<b>1,84</b>	<b>106,57</b>	<b>315,54</b>	<b>81,87</b>	<b>1,58</b>
<b>2 день</b>														
332	Макароны отварные с маслом	180 / 5	6,2	5,6	42,2	236,5	0,08	-	0,02	-	6,4	70,6	9	0,32
282	Нагетсы куриные	90	6,9	6,9	4,8	125	0,12	-	-	-	21	15,4	12	1,0
364	Соус томатный	30	0,2	1,8	2,1	42,3	0	0,6	0	0,5	12,7	13,2	95,7	1,4
15	Закуска (зеленый горошек)	50	1,8	0,05	4,9	75,0	0,06	6,6	-	-	22,9	56	8,48	0,21
179	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	37,0	-	0,24	-	-	10	3,5	1,3	0,29
	Хлеб пшеничный	60	2,7	0,98	16,7	84,0	0,08	-	0,07	1,84	14,95	56,55	9,7	0,6
	<b>Итого:</b>	<b>615</b>	<b>17,9</b>	<b>15,33</b>	<b>89,8</b>	<b>587,8</b>	<b>0.6</b>	<b>7,44</b>	<b>0,09</b>	<b>2,34</b>	<b>107,95</b>	<b>315,25</b>	<b>208.18</b>	<b>3.82</b>
<b>3 день</b>														
196	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	9,5	9,4	45,0	252,4	0,25	-	0,03	-	19,76	271,9	11,1	2
171	Котлета рыбная п/ф	100	17,83	0,93	1,45	124,16	0	0,41	0	0,01	4,29	294,74	19,83	0,02
255	Компот из с/ф	200	0,3	0,1	29,8	122,0	-	0,4	-	-	31,82	15,4	6	1,25
53	Огурец консервированный	50	0,192	0,024	0,480	3,12	0,005	1,2	0	0,024	5,52	5,76	3,36	0,144
	Хлеб пшеничный	60	2,7	0,98	16,7	84,0	0,08	-	0,07	1,84	14,95	56,55	9,7	0,6
	<b>Итого:</b>	<b>600</b>	<b>30.522</b>	<b>11.434</b>	<b>103,43</b>	<b>585.68</b>	<b>0,495</b>	<b>5,01</b>	<b>0,12</b>	<b>2,834</b>	<b>98,26</b>	<b>655,35</b>	<b>65,11</b>	<b>5,074</b>

Документ подписан электронной подписью.

<b>4 день</b>														
324	Пельмени п / ф промышленного производства с маслом	250 /5	28,97	10,45	43,24	342,88	0,46	0,4	0,06	2,6	31,8	289,6	43,2	3,2
	Хлеб пшеничный	60	2,7	0,98	16,7	84,0	0,08	-	0,07	1,84	14,95	56,55	9,7	0,6
	Масло сливочное	10	0,12	16,5	0,18	114,6	0,0	0,0	0,1	0,266	4,4	3,8	0,66	0,04
944	Чай с сахаром и лимоном	200/7	0,3	0	15,2	45,0	0	2,8	0	0	2,8	0	12	0,2
	<b>Итого:</b>	<b>595</b>	<b>32.09</b>	<b>27.93</b>	<b>75.32</b>	<b>586.48</b>	<b>0,74</b>	<b>3,4</b>	<b>138,63</b>	<b>4,706</b>	<b>238,35</b>	<b>360,55</b>	<b>105, 86</b>	<b>6,74</b>
<b>5ень</b>														
215	Каша манная молочная со сливочным маслом	250/5	24,45	8,76	28,14	213,32	0,055	0,32	57,6	0,47	86	85,12	13,8 4	0,32
	Хлеб пшеничный со сл.маслом, сыр	40/10 /20	9,2	12	24	242	0,7	0,11	0,06	2,21	142,4	113,7	18,5	0,96
959	Кофейный напиток со сгущ.молоком	200	3	2	23	131,87	1	20	0	0,15	45	7	0	0,7
	<b>Итого:</b>	<b>605</b>	<b>41,85</b>	<b>29,96</b>	<b>111,24</b>	<b>587,19</b>	<b>1,915</b>	<b>23,43</b>	<b>57,68</b>	<b>3,79</b>	<b>295,32</b>	<b>216,82</b>	<b>44,4 9</b>	<b>6,734</b>
<b>6 день</b>														
293	Вареники п/ ф промышленного производства в ассортименте со сливочн.маслом	250 /10	7,15	9,1	52,30	446,2	0,1	1,25	0,14	0,5	460	27,5	0,75	1,25
145	Закуска огурец	50	0,192	0,024	0,408	3,12	0,0048	1,2	0	0,024	5,52	5,76	3,36	0,144

Документ подписан электронной подписью.

	консервированный													
944	Чай с сахаром, лимон	200	0,3	0	15,2	60,0	0	2,80	0	0	2,8	0	12	0,2
	Хлеб пшеничный	60	2,7	0,98	16,7	84,0	0,08	-	0,07	1,84	14,95	56,55	9,7	0,6
	<b>Итого</b>	<b>575</b>	<b>11.342</b>	<b>11,21</b>	<b>84.608</b>	<b>593.32</b>	<b>0,5</b>	<b>5,25</b>	<b>0,21</b>	<b>2,364</b>		<b>263,12</b>	<b>97,9</b>	<b>1,992</b>
<b>7 день</b>														
332	Макароны отварные с маслом	180 / 5	6,2	5,6	42,2	216,5	0,08	-	0,02	-	6,4	70,6	9	0,32
204	Тефтеля мясная	90	9,9	13,1	9,3	142,0	0,03	0,09	0,04	-	23	129,4	12,1	0,5
364	Соус томатный	40	0,2	1,8	2,1	22,3	0	0,6	0	0,5	12,7	13,2	95,7	1,4
15	Закуска (зеленый горошек)	50	1,8	0,05	4,9	55,0	0,06	6,6	-	-	22,9	56	8,48	0,21
255	Компот из с/ф	200	0,3	0,1	29,8	122,0	-	0,4	-	-	31,82	15,4	6	1,25
	Хлеб пшеничный	60	2,7	0,98	16,7	84,0	0,08	-	0,07	1,84	14,95	56,55	9,7	0,6
	<b>Итого:</b>	<b>625</b>	<b>21,1</b>	<b>22,53</b>	<b>105</b>	<b>641,8</b>	<b>0,41</b>	<b>10,69</b>	<b>0,69</b>	<b>3,3</b>	<b>133,69</b>	<b>352,15</b>	<b>158,</b>	<b>5,34</b>
<b>8 день</b>														
196	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	9,5	7,4	45,0	252,4	0,25	-	0,03	-	19,76	271,9	11,1	2
171	Котлета мясная п/ф	100	15,0	5,0	9,58	123,75	0,08	0,12	-	-	45	148,3	15,7	0,1
53	Закуска (икра кабачковая ж/б)	50	1,8	8,8	7,7	109,0	0,02	5	0,12	-	26,8	44,83	7,9	0,12
	Хлеб пшеничный	60	2,7	0,98	16,7	84,0	0,08	-	0,07	1,84	14,95	56,55	9,7	0,6
376	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35,0	-	0,24	-	-	10	3,5	1,3	0,29
	<b>Итого:</b>	<b>595</b>	<b>29,1</b>	<b>22,18</b>	<b>89,08</b>	<b>604,15</b>	<b>0,69</b>	<b>5,36</b>	<b>0,22</b>	<b>1,84</b>	<b>136,51</b>	<b>625,08</b>	<b>117,</b>	<b>3,11</b>
<b>9 день</b>														
332	Спагетти отварные с маслом	180 / 5	6,2	5,6	42,2	216,5	0,08	-	0,02	-	6,4	70,6	9	0,32



Документ подписан электронной подписью.

Утверждаю директор МКОУ ООШ

с .Перетино

\_\_\_\_\_ Жибарь Е.Ю.

02.09.2022

**Цикличное десятидневное меню (завтрак) для организации питания детей 7-11 лет в муниципальном казённом общеобразовательном учреждении «Основная общеобразовательная школа» с. Перетино Партизанского муниципального района (осень-зима).**

Документ подписан электронной подписью.

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порций	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	Витамины				Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>1 день</b>														
201	Рис отварной с маслом	150/5	4,1	5,6	45,3	219,4	0,09	-	0,04	-	11,82	81,26	11,78	0,07
204	Тефтеля мясная	90	9,9	13,1	9,3	172,0	0,03	0,09	0,04	-	23	129,4	12,1	0,5
53	Закуска (икра кабачковая ж/б)	50	1,8	8,8	7,7	119,0	0,02	5	0,12	-	26,8	44,83	7,9	0,12
	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84,0	0,08	-	0,07	1,84	14,95	56,55	9,7	0,6
271	Чай с лимоном	200/ 5	0,1	0	9,3	37,0	-	0,28	-	-	20	3,5	1,3	0,29
	Молоко (кисломолочная продукция)	200	5,6	5,0	9,4	104,0	0	0,4	55,4	0	240,0	183,4	22	0,07
	<b>Итого:</b>	<b>740</b>	<b>24,2</b>	<b>33,48</b>	<b>124,8</b>	<b>735,4</b>	<b>0,42</b>	<b>5,97</b>	<b>194,43</b>	<b>1,84</b>	<b>520,97</b>	<b>500,54</b>	<b>105,08</b>	<b>4,35</b>
<b>2 день</b>														
332	Макаронные отварные с маслом	150 / 5	6,2	5,6	42,2	216,5	0,08	-	0,02	-	6,4	70,6	9	0,32
185	Нагетсы куриные	90	10,8	3,9	4,8	125	0,12	-	-	-	21	15,4	12	1,0
364	Соус томатный	30	0,2	1,8	2,1	22,3	0	0,6	0	0,5	12,7	13,2	95,7	1,4
15	Закуска (зеленый горошек)	50	1,8	0,05	4,9	55,0	0,06	6,6	-	-	22,9	56	8,48	0,21
179	Чай с сахаром	200	0,1	0	14,1	35,0	-	0,24	-	-	10	3,5	1,3	0,29
	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84,0	0,08	-	0,07	1,84	14,95	56,55	9,7	0,6

Документ подписан электронной подписью.

	Молоко (кисломолочная продукция)	200	5,6	5,0	9,4	104,0	0	0,4	55,4	0	240,0	183,4	22	0,07
	<b>Итого:</b>	<b>785</b>	<b>27,4</b>	<b>17,33</b>	<b>94,4</b>	<b>641,8</b>	<b>0,6</b>	<b>7,84</b>	<b>55,49</b>	<b>2,3</b>	<b>347,95</b>	<b>498,65</b>	<b>230,18</b>	<b>3,89</b>
<b>3 день</b>														
196	Каша гречневая рассыпчатая	150/5	9,5	9,4	45,0	252,4	0,25	-	0,03	-	19,76	271,9	11,1	2
171	Котлета рыбная п/ф	100	17,83	0,93	0,45	149,16	0	0,41	0	0,01	4,29	294,74	19,83	0,02
255	Компот из с/ф	200	0,3	0,1	29,8	122,0	-	0,4	-	-	31,82	15,4	6	1,25
53	Огурец консервированный	30	0,192	0,024	0,480	3,12	0,005	1,2	0	0,024	5,52	5,76	3,36	0,144
	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84,0	0,08	-	0,07	1,84	14,95	56,55	9,7	0,6
	Молоко (кисломолочная продукция)	200	5,6	5,0	9,4	104,0	0	0,4	55,4	0	240,0	183,4	22	0,07
	<b>Итого:</b>	<b>725</b>	<b>38,12</b>	<b>18,434</b>	<b>101,83</b>	<b>714,68</b>	<b>0,495</b>	<b>5,41</b>	<b>55,52</b>	<b>6,83</b>	<b>338,26</b>	<b>838,75</b>	<b>84,34</b>	<b>8,14</b>
<b>4 день</b>														
324	Пельмени п / ф промышленного производства с маслом	230 /5	23,97	10,45	43,24	342,88	0,46	0,4	0,06	2,6	31,8	289,6	43,2	3,2
	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84,0	0,08	-	0,07	1,84	14,95	56,55	9,7	0,6
	Масло сливочное	20	0,12	16,5	0,18	114,6	0,0	0,0	0,1	0,266	4,4	3,8	0,66	0,04
944	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	15,2	60,0	0	2,8	0	0	2,8	0	12	0,2
	Молоко (кисломолочная продукция)	200	5,6	5,0	9,4	104,0	0	0,4	55,4	0	240,0	183,4	22	0,07
	<b>Итого:</b>	<b>695</b>	<b>38,29</b>	<b>32,93</b>	<b>84,72</b>	<b>705,48</b>	<b>0,74</b>	<b>3,8</b>	<b>194,03</b>	<b>10,70</b>	<b>478,35</b>	<b>534,95</b>	<b>127,86</b>	<b>6,81</b>



Документ подписан электронной подписью.

<b>5 день</b>														
215	Каша манная молочная со сливочным.маслом	230 / 5	14,45	8,76	28,14	210,32	0,055	0,32	57,6	0,47	86	85,12	13,84	0,32
	Хлеб пшеничный с маслом и сыром	40 /10 /20	9,2	12,0	24,0	242,0	0,7	0,11	0,06	2,21	142,4	111,3	18,5	0,96
959	Кофейный напиток со сгущ.молоком	200	3	2	23	131,87	1	20	0	0,15	45	7	0	0,7
	Молоко (кисломолочная продукция)	200	5,6	5,0	9,4	104,0	0	0,4	55,4	0	240,0	183,4	22	0,07
	<b>Итого:</b>	<b>705</b>	<b>32,25</b>	<b>27,76</b>	<b>84,54</b>	<b>687,87</b>	<b>1,915</b>	<b>23,83</b>	<b>113,08</b>	<b>3,79</b>	<b>580,32</b>	<b>397,42</b>	<b>66,49</b>	<b>3,11</b>
<b>6 день</b>														
293	Вареники п/ ф промышленного производства в ассортименте	230 /5	7,15	9,1	42,30	446,2	0,1	1,25	0,14	0,5	460	27,5	0,75	1,25
145	Закуска(огурец консервиров)	50	0,192	0,024	0,408	3,12	0,0048	1,2	0	0,024	5,52	5,76	3,36	0,144
944	Чай с сахаром, лимон	200	0,3	0	15,2	60,0	0	2,8	0	0	2,8	0	12	0,2
	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84,0	0,08	-	0,07	1,84	14,95	56,55	9,7	0,6
	Молоко (кисломолочная продукция)	200	5,6	5,0	9,4	104,0	0	0,4	55,4	0	240,0	183,4	22	0,07
	<b>Итого</b>	<b>725</b>	<b>15,942</b>	<b>15,104</b>	<b>84,1</b>	<b>697,32</b>	<b>0,45</b>	<b>5,65</b>	<b>55,61</b>	<b>2,36</b>	<b>743,27</b>	<b>373,21</b>	<b>119,81</b>	<b>3,17</b>
<b>7 день</b>														
332	Макаронны отварные с маслом	150 / 5	6,2	5,6	42,2	216,5	0,08	-	0,02	-	6,4	70,6	9	0,32
204	Тефтеля мясная	90	9,9	13,1	9,3	172,0	0,03	0,09	0,04	-	23	129,4	12,1	0,5
364	Соус томатный	30	0,2	1,8	2,1	22,3	0	0,6	0	0,5	12,7	13,2	95,7	1,4

Документ подписан электронной подписью.

15	Закуска (зеленый горошек)	50	1,8	0,05	4,9	55,0	0,06	6,6	-	-	22,9	56	8,48	0,21
255	Компот из с/ф	200	0,3	0,1	29,8	122,0	-	0,4	-	-	31,82	15,4	6	1,25
	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84,0	0,08	-	0,07	1,84	14,95	56,55	9,7	0,6
	Молоко (кисломолочная продукция)	200	5,6	5,0	9,4	104,0	0	0,4	55,4	0	240,0	183,4	22	0,07
	<b>Итого:</b>	<b>765</b>	<b>26,7</b>	<b>26,63</b>	<b>114,4</b>	<b>775,8</b>	<b>0,41</b>	<b>11,09</b>	<b>55,55</b>	<b>3,3</b>	<b>375,69</b>	<b>534,55</b>	<b>175,13</b>	<b>5,41</b>
<b>8 день</b>														
196	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,5	7,4	45,0	252,4	0,25	-	0,03	-	19,76	271,9	11,1	2
171	Котлета мясная п/ф	100	15,0	5,0	9,58	143,75	0,08	0,12	-	-	45	148,3	15,7	0,1
53	Закуска (икра кабачковая ж/б)	50	1,8	8,8	7,7	119,0	0,02	5	0,12	-	26,8	44,83	7,9	0,12
	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84,0	0,08	-	0,07	1,84	14,95	56,55	9,7	0,6
376	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35,0	-	0,24	-	-	10	3,5	1,3	0,29
	Молоко (кисломолочная продукция )	200	5,6	5,0	9,4	104,0	0	0,4	55,4	0	240,0	183,4	22	0,07
	<b>Итого:</b>	<b>740</b>	<b>34,7</b>	<b>27,18</b>	<b>97,48</b>	<b>738,15</b>	<b>0,69</b>	<b>5,76</b>	<b>55,62</b>	<b>1,84</b>	<b>376,51</b>	<b>808,48</b>	<b>139,7</b>	<b>3,18</b>
<b>9 день</b>														
332	Спагетти отварные с маслом	150 / 5	6,2	5,6	42,2	216,5	0,08	-	0,02	-	6,4	70,6	9	0,32
185	Шницель мясной	90	10,8	11,72	5,74	176,75	0,12	-	-	-	21	15,4	12	0,08
145	Закуска (солёный огурец)	50	1,26	5,5	4,15	65,1								
	Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84,0	0,08	-	0,07	1,84	14,95	56,55	9,7	0,6
255	Компот из с/ф	200	0,3	0,1	29,8	122,0	-	0,4	-	-	31,82	15,4	6	1,25
	Молоко (кисломолочная продукция )	200	5,6	5,0	9,4	104,0	0	0,4	55,4	0	240,0	183,4	22	0,07

Документ подписан электронной подписью.

	<b>Итого:</b>	<b>735</b>	<b>26,86</b>	<b>28,9</b>	<b>107,99</b>	<b>768,35</b>	<b>0,48</b>	<b>10,0</b>	<b>192,89</b>	<b>1,84</b>	<b>498,57</b>	<b>342,95</b>	<b>99,00</b>	<b>5,02</b>
<b>10 день</b>														
384	Каша рисовая молочная	230	7,55	12,45	39,15	299,17	0,075	0,5	0,025	0,28 8	46,95	137,2	53,8	1,4
693	Какао с молоком	200	3,1	3,1	17,9	111,0	0,031	0,4	13	0,04	99,02	79,07	15,5	0,14 2
	Хлеб пшеничный с маслом и сыром	40 /10 /20	9,2	12,0	24,0	242,0	0,7	0,11	0,06	2,21	142,4	111,3	18,5	0,96
	Молоко (кисломолочная продукция )	200	5,6	5,0	9,4	104,0	0	0,4	55,4	0	240,0	183,4	22	0,07
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>25,45</b>	<b>32,55</b>	<b>90,45</b>	<b>756,17</b>	<b>1,066</b>	<b>1,41</b>	<b>68,485</b>	<b>10,5 3</b>	<b>548,37</b>	<b>610,97</b>	<b>181,80</b>	<b>4,57</b>
	<b>Итого за 10 дней:</b>	<b>7315</b>												
	<b>Итого за весь период</b>		<b>289,9 12</b>	<b>260,29 8</b>	<b>984,7</b>	<b>7221,02</b>	<b>6,396</b>	<b>58,45</b>	<b>996,12 5</b>	<b>48,7 2</b>	<b>4788,7</b>	<b>5775,8 2</b>	<b>1390,0 5</b>	<b>56,2 3</b>
	<b>Среднее значение за период</b>		<b>29</b>	<b>26,03</b>	<b>98,471</b>	<b>722,102</b>	<b>0,63</b>	<b>5,84</b>	<b>99,61</b>	<b>4,87</b>	<b>478,87</b>	<b>577, 58</b>	<b>139,0</b>	<b>5,62</b>
	<b>Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности</b>		<b>2,9</b>	<b>2,603</b>	<b>9,85</b>									

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Документ подписан электронной подписью.



**ПОДЛИННОСТЬ ДОКУМЕНТА ПОДТВЕРЖДЕНА.  
ПРОВЕРЕНО В ПРОГРАММЕ КРИПТОАРМ.**

**ПОДПИСЬ**

<b>Общий статус подписи:</b>	Подпись верна
<b>Сертификат:</b>	161CFA778B56A8637B3F5A404B0661E6
<b>Владелец:</b>	Жибарь Екатерина Юрьевна, Жибарь, Екатерина Юрьевна, prim.buh@mail.ru, 252400750337, 04510100885, МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА" С.ПЕРЕТИНО ПАРТИЗАНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА, Директор, Приморский край, RU
<b>Издатель:</b>	Казначейство России, Казначейство России, RU, г. Москва, Большой Златоустинский переулок, д. 6, строение 1, 1047797019830, 7710568760, 77 Москва, uc_fk@roskazna.ru
<b>Срок действия:</b>	Действителен с: 15.07.2022 09:48:00 UTC+10 Действителен до: 08.10.2023 09:48:00 UTC+10
<b>Дата и время создания ЭП:</b>	20.03.2023 11:35:37 UTC+10