ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СЕРТИФИКАТ
2219c3415cced25dc7e46b22f9df188d78a4442b
Владелец Хилалутдинова Альмира Маулетовна
Действителен с 21.03.2024 по 14.06.2025

«Утверждаю»
Директор КОГОАУ Вятский многопрофильный лицей
_____ А.М. Хилалутдинова
«26» августа 2024г

Примерное десятидневное меню с указанием пищевой ценности для учащихся возрастной категории детей с 11 лет и старше, по целевой субсидии бюджета "Предоставление меры социальной поддержки в виде обеспечения питанием обучающихся" на осенне-зимний период по Вятскому многопрофильному лицею на 2024-2025 год.

Примерное меню обеда (льгота)

меню с 11 лет и старше ,сезон: осень-зима

Прием пищи,наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	витамины,микроэлементы (мг)										
		Б	Ж	У		Ca	Mg	Fe	C	B1	B2	A	D	йод	селен	фтор
1 неделя																
понедельник																
Обед																
Суп картофельный с крупой на курином бульоне	200	1,96	4,68	7,93	39,82	17,5	26,14	1,22	13,38	0,05	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Чай с сахаром	200	0,0	0,0	15,0	57,2	5,3	4,4	0,8	0,1	3,50	3,00	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб дарницкий	45	0,00	3,10	28,00	147,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,50	3,00	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00
итого	**700**	**2,0**	**7,8**	**51,0**	**244,0**	**22,8**	**30,5**	**2,0**	**13,5**	**7,1**	**6,0**	**0,24**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
вторник																
Обед																
Суп картофельный с горохом на курином бульоне	200	4,36	4,02	16,025	148,3	31,86	17,46	2,23	9,38	0,05	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Компот сухофруктов	200	1,0	0,0	31,0	123,0	1,0	1,0	36,0	32,0	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб дарницкий	52	0,00	2,7	3,1	135,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0,0	0,0	0,0	0,0
итого	**700**	**5,4**	**6,7**	**50,1**	**406,3**	**1,0**	**1,0**	**36,0**	**32,0**	**2,1**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
среда																
Обед																
Салат из свежей капусты с маслом растительным	60	0,78	2,5	4,98	44,53	21,56	8,22	0,46	20,00	3,50	3,00	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00
Суп картофельный с крупой на курином бульоне	200	1,96	4,68	7,93	39,82	17,5	26,14	1,22	13,38	0,05	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Чай с сахаром и лимоном	200/7	0,0	0,0	15,3	59,4	0,0	0,0	0,0	1600,0	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб пшеничный	33	0,00	2,70	19,00	120,00	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,00	0,0	0,0	0,0	0,0
итого	**700**	**2,7**	**9,9**	**47,2**	**263,8**	**17,5**	**26,1**	**1,2**	**1613,4**	**4,6**	**3,0**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
четверг																
Обед																

Суп с домашней лапшой на курином бульоне	200	2,68	4,2	12,25	123,1	27,86	75,5	1,21	1,18	0,05	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб дарницкий	40	0,00	2,7	135,0	184,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,50	3,00	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00
Булочка сдобная	60	0,00	2,0	39,7	197,5	0,3	0,0	0,1	0,1	0,00	2,50	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00
итого	**700**	**2,7**	**8,9**	**187,0**	**504,6**	**28,2**	**75,5**	**1,3**	**1,3**	**3,6**	**5,5**	**2,2**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
пятница																
Обед																
Рассольник Ленинградский со сметаной на курином бульоне	200/10	2,8	4,3	8,4	131,7	25,6	2,0	13,0	0,1	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Напиток апельсиновый	200	0,0	0,0	26,0	100,0	8,0	44,0	0,0	13,0	3,50	3,00	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб дарницкий	40	0,00	2,7	135,0	184,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,50	3,00	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00
итого	**700**	**2,8**	**7,0**	**169,4**	**415,7**	**33,6**	**46,0**	**13,0**	**13,1**	**7,0**	**6,0**	**0,5**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
итого за неделю		**15,6**	**40,3**	**504,7**	**1834,3**											
Прием пищи,наименование блюда																
2 неделя	**Масса порции (г)**	**Пищевые вещества(г)**			**Энергетическая ценность (ккал)**	**витамины,микроэлементы (мг)**										
понедельник		**Б**	**Ж**	**У**		**Ca**	**Mg**	**Fe**	**C**	**B1**	**B2**	**A**	**D**	**йод**	**селен**	**фтор**
Обед																
Суп картофельный с рыбными консервами	200/25	5,05	6,34	1,32	77,46	6,56	4,16	0,16	0,48	13,60	14,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Чай с сахаром	200	0,0	0,0	15,0	57,2	5,3	4,4	0,8	0,1	3,50	3,00	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб дарницкий	20	0,00	4,5	29,0	70,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
итого	**700**	**5,1**	**10,8**	**45,4**	**204,7**	**11,8**	**8,6**	**1,0**	**0,6**	**17,1**	**17,0**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
вторник																
Обед																
Рассольник Ленинградский на курином бульоне со сметаной	200/10	2,8	4,3	8,4	131,7	25,6	2,0	13,0	0,1	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Компот сухофруктов	200	1,0	0,0	31,0	123,0	1,0	1,0	36,0	32,0	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб пшеничный	30	0,00	3,1	19,0	120,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
итого	**700**	**3,8**	**7,4**	**58,4**	**374,7**	**26,6**	**3,0**	**49,0**	**32,1**	**36,2**	**34,0**	**0,5**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
среда																

Обед																
Суп картофельный с горохом на курином бульоне	200	4,36	4,02	16,025	148,3	31,86	17,46	2,23	9,38	0,05	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Напиток апельсиновый	200	0,0	0,0	26,0	100,0	8,0	44,0	0,0	13,0	3,50	3,00	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб дарницкий	50	0,00	31,0	28,0	147,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
итого	**700**	**4,4**	**35,0**	**70,0**	**395,3**	**39,9**	**61,5**	**2,2**	**22,4**	**3,5**	**3,0**	**0,2**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
четверг																
Обед																
Борщ из свежей капусты со сметаной на курином бульоне	200/10	4,6	3,64	1,37	129,74	10,73	28,86	1,22	17,58	0,05	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Компот сухофруктов	200	1,0	0,0	31,0	123,0	1,0	1,0	36,0	32,0	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб пшеничный	45	0,00	2,9	29,0	135,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
итого	**700**	**5,60**	**6,54**	**61,37**	**387,74**	**11,73**	**29,86**	**37,22**	**49,58**	**2,1**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
пятница																
Обед																
Суп с домашней лапшой на курином бульоне	200	2,68	4,2	12,25	123,1	27,86	75,5	1,21	1,18	0,05	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Чай с сахаром	200	0,0	0,0	15,0	57,2	5,3	4,4	0,8	0,1	3,50	3,00	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00
Хлеб пшеничный	40	0,00	3,1	4,5	135,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,50	3,00	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00
итого	**700**	**2,7**	**7,3**	**31,8**	**315,3**	**33,1**	**79,9**	**2,0**	**1,3**	**7,1**	**6,0**	**0,5**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
итого за неделю		**21,53**	**67,08**	**266,96**	**1677,64**											
итого за 10 дней		**37,11**	**107,34**	**771,62**	**3511,96**											