



**Питание для начальной школы и  
льготных категорий обучающихся**

**Меню  
на 13 Февраля 2025 г.**

**Завтрак**

Каша из крупы "Геркулес" молочная с маслом сливочным  
Кофейный напиток с молоком  
Масло сливочное порциями  
Сыр порциями  
Хлеб ржаной  
Хлеб пшеничный  
Кондитерские изделия

Масса порции		Пищевая ценность				Витамины, мг			Мин. Вещества	
7 - 11 лет	с 12 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1, мг	Е, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг
200	250	12,7	11,1	16,8	217,9	0,1	0,5	0,0	114,8	0,6
200	200	3,1	3,3	19,7	117,2	0,0	0,1	0,2	105,0	0,1
10	10	0,1	7,3	0,1	66,1	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0
15	20	3,5	4,4	0,0	53,7	0,0	0,0	0,0	2,0	0,0
30	40	2,4	0,5	12,3	62,9	0,1	0,7	0,0	9,9	1,3
30	30	2,3	0,9	15,4	78,5	0,0	0,5	0,0	14,1	1,2
30	30									

Итого:

**24,0 27,4 64,3 596,3 0,2 1,7 0,2 246,0 3,1 2**

**Обед**

Суп картофельный с крупой на курином бульоне  
Плов с мясом птицы  
Чай с сахаром  
Хлеб ржаной  
Хлеб пшеничный

Масса		Пищевая ценность				Витамины, мг			Мин.	
7 - 11 лет	с 12 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1, мг	Е, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг
200	250	6,8	8,7	17,0	166,0	0,4	1,3	5,5	18,8	0,9
220	250	15,4	10,3	31,0	278,0	0,1	2,1	0,0	25,0	0,9
200	200	0,2	0,1	9,3	38,9	0,0	0,0	0,0	5,1	0,8
25	40	2,4	0,5	12,3	62,9	0,1	0,7	0,0	9,9	1,3
35	45	4,6	0,5	29,5	125,6	0,0	0,5	0,0	14,1	1,2

Итого:

**29,4 20,0 99,1 671,3 0,6 4,6 5,5 72,9 5,1**

Выработано по ГОСТ 30390-2013

Технолог  
Зав. производства  
Калькулятор