

ООО "Калужская продовольственная
компания"

Согласовано _____
Директор школы

Питание для начальной школы и
льготных категорий обучающихся

Меню
на 20 Марта 2025 г.

Завтрак

Омлет с зеленым горошком
Чай с сахаром
Хлеб пшеничный

Масса порции		Пищевая ценность				Витамины, мг			Мин. Вещества		Номер рецептуры
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	220	14,5	22,0	7,0	284,0	0,1	1,2	1,5	170,2	2,6	269
200	200	0,2	0,1	9,3	38,9	0,0	0,0	0,0	5,1	0,8	457
30	30	2,3	0,9	15,4	78,5	0,0	0,5	0,0	14,1	1,2	576

Итого:

17,0 23,0 31,7 401,4 0,2 1,7 1,5 189,4 4,6 1302,0

Обед

Суп фасолевый на курином бульоне
Рагу из овощей и мяса птицы
Компот из сухофруктов
Хлеб ржаной
Хлеб пшеничный

Масса		Пищевая ценность				Витамины, мг			Мин.		Номер рецептуры
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	8,5	17,0	166,0	0,0	2,5	2,0	33,5	0,7	130
220	250	11,4	18,2	25,4	370,6	0,2	2,4	2,5	45,2	2,4	322
200	200	0,3	0,0	19,3	81,0	0,0	0,1	3,3	13,5	1,2	487
25	40	2,4	0,5	12,3	62,9	0,1	0,7	0,0	9,9	1,3	574
35	45	4,6	0,5	29,5	125,6	0,0	0,5	0,0	14,1	1,2	576

Итого:

25,5 27,7 103,5 806,0 0,3 6,1 7,8 116,2 6,8 2089,

Выработано по ГОСТ 30390-2013

Технолог _____
Зав. производства _____
Калькулятор _____