

ООО "Калужская продовольственная
компания"

Согласовано:

Директор школы

Питание для начальной школы и
льготных категорий обучающихся

Меню
на 21 Марта 2025 г.

Завтрак

Каша пшеничная молочная
Сыр порциями
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	250	10,7	19,5	76,3	523,9	0,1	0,4	0,9	107,8	0,5	269
15	20	3,5	4,4	0,0	53,7	0,0	0,0	0,0	2,0	0,0	79
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:

16,6 24,9 101,0 695,0 0,1 0,9 0,9 129,0 2,5 1381,0

Обед

Суп вермишелевый
Голубцы ленивые в сметанном соусе
Компот из свежих фруктов
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	152,0	0,0	0,4	0,5	20,0	0,5	128
220	220	23,1	27,7	7,7	374,0	0,1	0,7	7,5	52,8	3,5	333
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:

37,2 37,2 85,8 795,5 0,2 2,4 11,3 110,3 7,7 2098,0

Выработано по ГОСТ 30390-2013

Технолог
Зав. производства
Калькулятор

