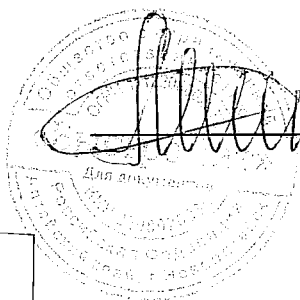


УТВЕРЖДАЮ:

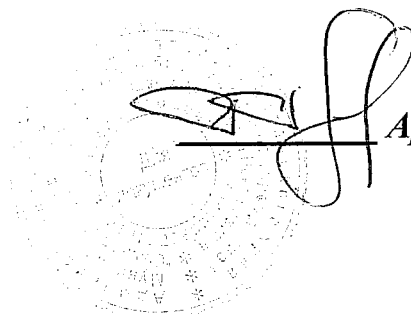
Директор
Общества с ограниченной ответственностью
ООО «БыстроПит»

СОГЛАСОВАНО:

Директор образовательного
учреждения **МБОУ СОШ № 15**



А.М. Веряскин



Артемов А.В.

Общество с ограниченной ответственностью
ООО «БыстроПит»

ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ШКОЛАХ
ГОРОДА НОВОАЛТАЙСКА
(отредактированное на 1 сентября 2022)

Период: 2022-2027 год

возраст **7 - 11 лет /12 лет и старше**

г. Новоалтайск

период с 2022 по 2027 гг (включительно)

Неделя первая

отредактированное

Возрастная категория:

с 7 до 11 лет

Понедельник

Завтрак

одноразовое питание

с 11 и старше

сборник 1980 № рец.	Наименование блюда	Масса порции, (гр)	Пищевые вещества,			Энергет (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
411	Каша вязкая молочная с маслом	260	5,2	11,7	15,1	257,5	0,14	0,17	0,04	0	129,4	190	35,9	1
1009	Чай с сахаром	200	0	0	15,3	56,0	0	0,1	0	0	9,2	14,8	7,8	0,9
1	Бутерброд с маслом	40	6	6,45	18,38	129,3	0,06	0	0,03	0	13,2	35,55	18,15	0,9
	Хлеб	30	2,25	0,2	15	71	0,036	0	0	0	6	19,5	4,2	0,36
	Итого:	530	13,45	18,35	63,78	513,8	0,236	0,27	0,07	0	157,8	259,85	61,85	3,16

Обед

ОВЗ

сборник 1980 № рец.	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества			Энерг. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
221	Суп картофельный с бобовыми и фрикадельками	250	2,2	2,3	22,1	209	0,16	5	0,24	0,3	50	139	38	1,9
184	в т.ч. фрикадельки мясные		2,6	1,6	0,1	26,3	0,16	5	0,24	0,3	50	139	38	1,9
411	Каша вязкая молочная с маслом	250	5,2	11,7	15,1	257,5	0,14	0,17	0,04	0	129,4	190	35,9	1
1009	Чай с сахаром	200	0	0	15,3	56,0	0	0,1	0	0	9,2	14,8	7,8	0,9
1	Бутерброд с маслом	40	6	6,45	18,38	129,3	0,06	0	0,03	0	13,2	35,55	18,15	0,9
	Хлеб	60	4,5	0,4	30	142	0,036	0	0	0	6	19,5	4,2	0,36
	Итого:	800	20,5	22,45	100,98	820,1	0,556	10,27	0,55	0,6	229,4	537,85	142,05	6,96

Вторник

Завтрак

сборник 1980 № рец.	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества			Энерг. ценность	Витамины				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Таблица 32	Овощи свежие порциями по сезону	60	0,5	0	2,2	12	0,03	7	3	0,1	17	30	14	0,5
658/824	Котлеты, биточки, шницели с соусом	100	7,9	8	23,4	197	0,08	0	0	0,16	11,73	69,33	14,93	0,8
746	Каша вязкая ячневая	180	5	7,5	23	139,8	0,35	0	0,03	0	73,2	211,5	22,5	1
933	Компот из смеси сухофруктов	180	0,5	0	27,9	124	0,02	0,2	0	0	24,9	22,8	16,2	0,9
	Хлеб	30	2,25	0,2	15	71	0,036	0	0	0	6	19,5	4,2	0,36
	Итого:	550	16,15	15,7	91,5	543,8	0,516	7,2	3,03	0,26	132,83	353,13	71,83	3,56

Обед

ОВЗ

сборник 1980 № рец.	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества			Энерг. ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Таблица 32	Овощи свежие порциями по сезону	60	0,5	0	2,2	12	0,03	7	3	0,1	17	30	14	0,5
197	Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,8	5,3	10	204	0,04	20	0,21	0,2	51	45	19	0,5
658/824	Котлеты, биточки, шницели с соусом	100	7,9	8	23,4	197	0,08	0	0	0,16	11,73	69,33	14,93	0,8
746	Каша вязкая ячневая	180	5	7,5	23	139,8	0,35	0	0,03	0	73,2	211,5	22,5	1
933	Компот из смеси сухофруктов	180	0,5	0	27,9	124	0,02	0,2	0	0	24,9	22,8	16,2	0,9
	Хлеб	60	4,5	0,4	30	142	0,036	0	0	0	6	19,5	4,2	0,36
	Итого:	830	21,2	21,2	116,5	818,8	0,94	6,1	3,74	0	125,2	443,5	140,9	8,3

Среда

завтрак

борник 1980 №реп.	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества			Энерг. ценност	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
02/635	Рагу из птицы или с вареной колбасой	270	14,1	16,4	11,2	410	0,08	0	0	0,16	11,73	69,33	14,93	0,8
009	Чай с сахаром	200	0	0	15,3	56,0	0	0,1	0	0	9,2	14,8	7,8	0,9
	Хлеб	30	2,25	0,2	15	71	0,036	0	0	0	6	19,5	4,2	0,36
	Итого:	500	16,35	16,6	41,5	537	0,116	0,1	0	0,16	26,93	103,63	26,93	2,06

Обед

ОВЗ

борник 1980 №реп.	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества			Энерг. ценност	Витамины				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
76	Борщ с капустой и картофелем	250	3,8	6,3	9,9	196	0,05	11,02	0,22	0,2	47,3	55	24,4	1,3
02/635	Рагу из птицы или с вареной колбасой	270	14,1	16,4	11,2	410	0,08	0	0	0,16	11,73	69,33	14,93	0,8
009	Чай с сахаром	200	0	0	15,3	56,0	0	0,1	0	0	9,2	14,8	7,8	0,9
	Хлеб	60	4,5	0,4	30	142	0,036	0	0	0	6	19,5	4,2	0,36
	Итого:	780	22,4	23,1	66,4	804	0,13	11,02	0,22	0,36	59,03	124,33	39,33	2,1

Четверг

Завтрак

борник 1980 №реп.	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества			Энерг. ценност	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
120	Запеканка рисовая с творогом со сгущ.мол или повидлом.	210	12	13	50	352,5	0,1	0	0,02	0	21	48,4	15,1	1,155
1009	Напиток каркаде (чай)	200	0	0	15,3	83,4	0	0,1	0	0	5,3	8,3	4,4	0,9
	Кондитерское изделие	70	2,25	0,2	15	32	0,036	0	0	0	6	19,5	4,2	0,36
	Хлеб	30	2,25	0,2	15	71	0,036	0	0	0	6	19,5	4,2	0,36
	Итого:	510	16,5	13,4	95,3	538,9	0,172	0,1	0,02	0	38,3	95,7	27,9	2,775

Обед

ОВЗ

борник 1980 №реп.	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества			Энерг. ценност	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
219/184	Суп картофельный с крупой с фрикадельками	260	3,3	3	25	208	0,5	6	3,7	0	63,3	254	96,2	4
420	Запеканка рисовая с творогом со сгущ.мол или повидлом.	210	12	13	50	352,5	0,1	0	0,02	0	21	48,4	15,1	1,155
1009	Напиток каркаде (чай)	200	0	0	15,3	83,4	0	0,1	0	0	5,3	8,3	4,4	0,9
	Кондитерское изделие	70	2,25	0,2	15	32	0,036	0	0	0	6	19,5	4,2	0,36
	Хлеб	60	4,5	0,4	30	142	0,036	0	0	0	6	19,5	4,2	0,36
	Итого:	800	22,05	16,6	135,3	817,9	0,672	6,1	3,72	0	101,6	349,7	124,1	6,775

Питица

Завтрак

Код борника 1980 №рек.	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Таблица 32	Овощи свежие порциями по сезону	60	0,5	0	2,2	12	0,03	7	3	0,1	17	30	14	0,5
668 или 669/824	Тефтели с соусом	110	8,8	11,9	29	201	0,65	0,82	0,01	2,63	14,26	72,62	9,74	0,86
746	Каша вязкая гречневая	180	4,5	6	32	204	0	0	0,03	0	1,1	115,3	0,2	0,51
748	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0	0	14	52,6	0	33	0	0	8	0	4,05	0,04
	Хлеб	30	2,25	0,2	15	71	0,036	0	0	0	6	19,5	4,2	0,36
	Итого:	580	16,05	18,1	92,2	540,6	0,686	33,82	0,04	2,63	29,36	207,42	18,19	1,77

Обед

ОВЗ

Код борника 1980 №рек.	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Таблица 32	Овощи свежие порциями по сезону	60	0,5	0	2,2	12	0,03	7	3	0,1	17	30	14	0,5
723	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,3	2,5	22	205	0,51	66	13,66	0	76,8	278,8	109,4	5,1
668 или 669/824	Тефтели с соусом	110	8,8	11,9	29	201	0,65	0,82	0,01	2,63	14,26	72,62	9,74	0,86
746	Каша вязкая гречневая	180	4,5	6	32	204	0	0	0,03	0	1,1	115,3	0,2	0,51
748	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0	0	14	52,6	0	33	0	0	8	0	4,05	0,04
	Хлеб	60	4,5	0,4	30	142	0,036	0	0	0	6	19,5	4,2	0,36
	Итого:	860	21,6	20,8	129,2	816,6	1,226	106,82	16,7	2,73	123,16	516,22	141,59	7,37

период с 2022 по 2027 гг. (включительно)

Неделя вторая

одноразовое питание

отредактированное

Возрастная категория:

с 7 до 11 лет
с 11 и старше

Понедельник

Завтрак

борник 1980 врем.	Наименование блюд	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества, (г)			Энергетт (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
11	Каша вязкая молочная с маслом	250	11,2	11,7	15,1	257,5	0,14	0,17	0,04	0	129,4	190	35,9	1
	Бутерброд с сыром	40	0,16	4	27,6	148	0	0,1	0	0	9,2	14,8	7,8	0,9
010	Чай с лимоном	200	0,4	0,1	21,2	58	0,03	240	0	0	112,55	99,08	185,54	18,42
	Хлеб	30	2,25	0,2	15	71	0,036	0	0	0	6	19,5	4,2	0,36
	Итого:	520	14,01	16	78,9	534,5	0,206	240,27	0,04	0	257,15	323,38	229,24	20,68

Обед

ОВЗ

борник 1980 врем.	Наименование блюд	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества, (г)			Энергетт (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
21/184	Суп картофельный с бобовыми с фрикадельками	250	9	3,5	45	235	0,5	66	3,7	0	63,3	254	96,2	4
11	Каша вязкая молочная с маслом	250	11,2	11,7	15,1	257,5	0,14	0,17	0,04	0	129,4	190	35,9	1
	Бутерброд с сыром	40	0,16	4	27,6	148	0	0,1	0	0	9,2	14,8	7,8	0,9
010	Чай с лимоном	200	0,4	0,1	21,2	58	0,03	240	0	0	112,55	99,08	185,54	18,42
	Хлеб	60	4,5	0,4	30	142	0,036	0	0	0	6	19,5	4,2	0,36
	Итого:	800	25,26	19,7	138,9	840,5	0,706	306,27	3,74	0	320,45	577,38	325,44	24,68

Вторник

Завтрак

борник 1980	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества, (г)			Энерг. ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
таблица 32	Овощи свежие порциями по сезону	60	0,5	0	2,2	12	0,03	7	3	0,1	17	30	14	0,5
32 /824	Котлеты рубл. из кур с соусом	100	7,79	9,5	1,7	176	0,08	0	0	0,16	11,73	69,33	14,93	0,8
46	Каша вязкая пшеничная	180	5,9	5,9	36,68	226	0	0	0,05	0	1,65	172,95	0,3	0,77
009	Чай с сахаром	200	0	0	15,3	56,0	0	0,1	0	0	9,2	14,8	7,8	0,9
	Хлеб	30	2,25	0,2	15	71	0,036	0	0	0	6	19,5	4,2	0,36
	Итого:	570	16,44	15,6	70,88	541	0,146	7,1	3,05	0,26	45,58	306,58	41,23	3,33

Обед

ОВЗ

борник 1980	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества, (г)			Энерг. ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
таблица 32	Овощи свежие порциями по сезону	60	0,5	0	2,2	12	0,03	7	3	0,1	17	30	14	0,5
97	Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,8	5,3	10	204	0,04	20	0,21	0,2	51	45	19	0,5
32 /824	Котлеты рубл. из кур с соусом	100	7,79	9,5	1,7	176	0,08	0	0	0,16	11,73	69,33	14,93	0,8
46	Каша вязкая пшеничная	180	5,9	5,9	36,68	226	0	0	0,05	0	1,65	172,95	0,3	0,77
009	Чай с сахаром	200	0	0	15,3	56,0	0	0,1	0	0	9,2	14,8	7,8	0,9
	Хлеб	60	4,5	0,4	30	142	0,036	0	0	0	6	19,5	4,2	0,36
	Итого:	850	21,49	21,1	95,88	816	0,186	27,1	3,26	0,46	96,58	351,58	60,23	3,83

			Б				В				С			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
705/1072	Плов из птицы илипельмени отварные с маслом	270	17	20	32	408	0,65	0,82	0,01	2,63	14,26	72,62	9,74	0,86
009	Напиток Каркаде (чай)	200	0,4	0,1	21,6	83,4	0	0,1	0	0	9,2	14,8	7,8	0,9
	Хлеб	30	2,25	0,2	15	71	0,036	0	0	0	6	19,5	4,2	0,36
	Итого:	500	19,65	20,3	68,6	562,4	0,686	0,92	0,01	2,63	29,46	106,92	21,74	2,12

Обед ОВЗ

борник 1980	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества, (г)			Энерг. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
76	Борщ с капустой и картофелем	250	3,8	6,3	9,9	196	0,05	11,02	0,22	0,2	47,3	55	24,4	1,3
05/1072	Плов из птицы илипельмени отварные с маслом	270	17	20	32	408	0,65	0,82	0,01	2,63	14,26	72,62	9,74	0,86
009	Напиток Каркаде (чай)	200	0,4	0,1	21,6	83,4	0	0,1	0	0	9,2	14,8	7,8	0,9
	Хлеб	60	4,5	0,4	30	142	0,036	0	0	0	6	19,5	4,2	0,36
	Итого:	780	21,2	26,4	63,5	829,40	0,7	11,94	0,23	2,83	70,76	142,42	41,94	3,06

Четверг

Завтрак

борник 1980	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества, (г)			Энерг.	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
таблица 32	Овощи свежие порциями по сезону	60	0,5	0	2,2	12	0,03	7	3	0,1	17	30	14	0,5
41/658/824	Котлеты или биточки рыбные/ или котлеты, биточки, шницели с соусом	100	6,84	12,2	13,93	205	0,04	0	0	0	11,28	66,67	14,36	0,72
53	Макаронные изделия отварные	180	5,1	4,8	25,3	247	0,06	0	0,03	0	13,2	35,55	18,15	0,9
48	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0	0	14	52,6	0	33	0	0	8	0	4,05	0,04
	Хлеб	30	2,25	0,2	15	71	0,036	0	0	0	6	19,5	4,2	0,36
	Итого:	570	14,69	17,2	70,43	587,6	0,166	40	3,03	0,1	55,48	151,72	54,76	2,52

Обед ОВЗ

борник 1980	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества, (г)			Энерг.	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
таблица 32	Овощи свежие порциями по сезону	60	0,5	0	2,2	12	0,03	7	3	0,1	17	30	14	0,5
08	Рассольник Ленинградский	250	3,3	3,1	22	161	0,09	8,02	0,28	0,2	29,3	76	26,4	1,01
41/658/824	Котлеты или биточки рыбные/ или котлеты, биточки, шницели с соусом	100	6,84	12,2	13,93	205	0,04	0	0	0	11,28	66,67	14,36	0,72
53	Макаронные изделия отварные	180	5,1	4,8	25,3	247	0,06	0	0,03	0	13,2	35,55	18,15	0,9
48	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	180	0	0	14	52,6	0	33	0	0	8	0	4,05	0,04
	Хлеб	60	4,5	0,4	30	142	0,036	0	0	0	6	19,5	4,2	0,36
	Итого:	830	20,24	20,5	107,43	819,6	0,256	48,02	3,31	0,3	84,78	227,72	81,16	3,53

Завтрак

Завтрак

Борщ № 1980	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энерг.	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
68/669 или 7/7824	Гарбузики или сосиски, сардельки отварные с соусом	110	6,8	11,9	39,8	150	0,65	0,82	0,01	2,63	14,26	72,62	9,74	0,86
50	Бобовые отварные	180	7,1	6,9	33,5	235	0,18	0	0,05	0	16,65	88,35	34,8	1,37
010	Чай витаминизированный	200	0,4	0,1	21,2	82,2	0,03	240	0	0	112,55	99,08	185,54	18,42
	Хлеб	30	2,25	0,2	15	71	0,036	0	0	0	6	19,5	4,2	0,36
	Итого:	520	16,55	19,1	109,5	538,2	0,896	240,82	0,06	2,63	149,46	279,55	234,28	21,01

Обед

Обед

Борщ № 1980	Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энерг.	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Таблица 32	Овощи свежие порциями по сезону	60	0,5	0	2,2	12	0,03	7	3	0,1	17	30	14	0,5
15	Суп с рыбной консервой	250	8,85	5,75	20,65	195,8	0,51	66	13,66	0	76,8	278,8	109,4	5,1
68/669 или 72/824	Гарбузики или сосиски, сардельки отварные с соусом	100	6,8	11,9	39,8	150	0,65	0,82	0,01	2,63	14,26	72,62	9,74	0,86
50	Бобовые отварные	180	7,1	6,9	33,5	235	0,18	0	0,05	0	16,65	88,35	34,8	1,37
010	Чай витаминизированный	180	0,4	0,1	21,2	82,2	0,03	240	0	0	112,55	99,08	185,54	18,42
	Хлеб	60	4,5	0,4	30	142	0,036	0	0	0	6	19,5	4,2	0,36
	Итого:	830	28,15	25,05	147,35	817	1,436	313,82	16,72	2,73	243,26	588,35	357,68	26,61

Пронумеровано, прошнуровано и
скреплено печатью 7 ЛИСТОВ

Веряскин А.М.

(Подпись)

(ФИО)

