



Утверждено:
 Директор Муниципального
 бюджетного учреждения №1 г. Орда
 В.В. Домнина

Согласовано:
 Генеральный директор
 ООО «Школьное питание»
 А.А. Косинский

фирм № 5	Закуска (салат, овощи по сезону)	День 4												
		Масса	Пищевые вещества			Энерг.	Витамины (мг)			Минеральные вещества				
		порции,г	Б	Ж	У	ккал	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	
940	Коллета куриная	90	13,7	12,26	12,15	213,7	0,06	0,18	22,7	1,57	39,4	146,2	23,6	1,02
1204	Макаронны отварные	150	5,4	0,6	30	147	0,06	0,02	-	0,8	10	36	9	0,7
	Чай с сахаром с вит.С	200	-	-	14	56	-	7,5	-	-	12	8	6	0,8
	Хлеб ржаной / пшеничный	20/20	3	1,2	20	104	0,06	-	0,6	9	9	35	4	0,4
	Итого		22,88	16,40	79,73	570,50	0,20	8,42	22,71	2,97	87,80	245,00	51,60	3,42

фирм № 1	Закуска (салат, овощи по сезону)	День 5												
		Масса	Пищевые вещества			Энерг.	Витамины (мг)			Минеральные вещества				
		порции,г	Б	Ж	У	ккал	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	
946	Виточки рыбные	90	11,3	5,6	13,3	147,3	0,08	0,12	10,1	2,5	58,5	157,5	30,3	1,1
1204	Картофельное пюре	150	3,2	1,2	22,1	112	0,15	5,6	9	0,2	40	84	30	0,6
	Хлеб ржаной / пшеничный	20/20	3	1,2	20	104	0,06	-	0,6	9	9	35	4	0,4
	Чай с сахаром с вит.С	200	-	-	14	56	-	7,5	-	-	12	8	6	0,8
	Итого		18,28	10,34	72,98	469,10	0,31	13,94	19,11	3,30	136,90	304,30	79,30	3,40

фирм № 5	Закуска (салат, овощи по сезону)	День 5												
		Масса	Пищевые вещества			Энерг.	Витамины (мг)			Минеральные вещества				
		порции,г	Б	Ж	У	ккал	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	
934	Пшеница отварная	150	3,6	5,2	37,6	214	0,03	-	1,5	15	77	27	0,6	
	Хлеб ржаной / пшеничный	20/20	3	1,2	20	104	0,06	-	0,6	9	9	35	4	0,4
	Итого		6,9	6,4	57,2	328	0,09	0,18	3,0	24	86	54	1,0	



УТВЕРЖДАЮ:
 Директор Муниципального
 Бюджетного учреждения №
 «О.В.Ф.Орла» г. Орла

1204 Чай с сахаром с вит.С

Итого	200	-	14	56	-	7,5	-	12	8	6	0,8	
Итого	21,08	21,00	87,33	637,50	0,17	8,40	22,71	3,67	92,80	286,00	69,60	3,32



Согласовано:
 Генеральный директор
 ООО «Школьное питание»
 А.А. Косинский

Неделя 2

День 1

наименование блюда	Масса		Пищевые вещества			Энерг. ценность	Витамины (мг)						Минеральные вещества				
	порции,г	Б	Ж	У	В1		С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	Са	Р	Мг	Fe
Закуска (салат, овощи по сезону)	60	0,78	2,34	3,58	49,8	0,02	0,72	0,01	17,4	19,8	9	0,5					
Макаронны с сыром	200/10/15	8,6	22,8	43,4	380	0,11	0,22	0,5	186,8	57,5	22,5	1,1					
Чай с сахаром с вит.С	200	-	-	14	56	-	7,5	-	12	8	6	0,8					
Хлеб ржаной / пшеничный	20/20	3	1,2	20	104	0,06	-	-	0,6	9	35	4	0,4				
Итого	12,38	26,34	80,98	589,8	0,19	8,44	0,51	0,6	225,2	120,3	41,5	2,8					

Неделя 2

День 2

наименование блюда	Масса		Пищевые вещества			Энерг. ценность	Витамины (мг)						Минеральные вещества				
	порции,г	Б	Ж	У	В1		С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	Са	Р	Мг	Fe
Запеканка из творога	150	27,9	7,7	27,3	274,5	0,12	0,45	0,09	1,5	198	297	20	0,7				
повидло	30	0,12	0	19,5	78	0,03	0,15	0	4,2	2,7	2,1	0,39					
Чай с сахаром с вит.С	200	-	-	14	56	-	7,5	-	12	8	6	0,8					
Фрукты св. (по сезону)	150	0,6	0,6	14,75	70,5	0,039	15	7	0,3	24	17	14	1				
Итого	28,62	8,3	75,55	479	0,189	23,1	7,09	1,8	238,2	324,7	42,1	2,89					

Неделя 2

День 3

наименование блюда	Масса		Пищевые вещества			Энерг. ценность	Витамины (мг)						Минеральные вещества				
	порции,г	Б	Ж	У	В1		С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	Са	Р	Мг	Fe

54-7т-2020

1204



Утверждено:
 Директор Муниципального
 бюджетного учреждения №1 г. Орда
 С.В. Фомина

Согласовано:
 Генеральный директор
 ООО «Школьное питание»
 А.А. Косинский



фирм № 6 1204	Закуска (салат, овощи по сезону)	60	0,78	2,34	3,58	49,8	0,02	0,72	0,01	17,4	19,8	9	0,5	
	Тефтели с соусом	90/50	10,08	10,1	1,81	189	0,07	2	15,9	22,6	75,6	15,49	0,65	
	Каша гречневая	150	0,45	5,1	21,9	135,3	0,124	0	0	1,42	18,6	112	21,2	1,2
	Хлеб ржаной / пшеничный	20/20	3	1,2	20	104	0,06	-	-	0,6	9	35	4	0,4
	Чай с сахаром с вит.С	200	-	-	14	56	-	7,5	-	-	12	8	6	0,8
	Итого		14,31	18,74	61,29	534,1	0,274	10,22	15,91	2,02	79,6	250,4	55,69	3,55

Неделя 2 День 4

наименование блюда	Масса		Пищевые вещества			Энерг. ценность	Витамины (мг)					Минеральные вещества				
	порции,г	Б	Ж	У	В1		С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe			
Закуска (салат, овощи по сезону)	60	0,78	2,34	3,58	49,8	0,02	0,72	0,01	17,4	19,8	9	0,5				
Котлета рыбная	90	11,3	5,6	13,3	147,3	0,08	0,12	10,1	2,5	58,5	157,5	30,3	1,1			
Рис отварной	150	3,6	5,2	37,6	214	0,03	-	-	1,5	15	77	27	0,6			
Хлеб ржаной / пшеничный	20/20	3	1,2	20	104	0,06	-	-	0,6	9	35	4	0,4			
Чай с сахаром с вит.С	200	-	-	14	56	-	7,5	-	-	12	8	6	0,8			
Итого		18,68	14,34	88,48	571,10	0,19	8,34	10,11	4,60	111,90	297,30	76,30	3,40			

Неделя 2 День 5

наименование блюда	Масса		Пищевые вещества			Энерг. ценность	Витамины (мг)					Минеральные вещества				
	порции,г	Б	Ж	У	В1		С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe			
Закуска (салат, овощи по сезону)	60	0,78	2,34	3,58	49,8	0,02	0,72	0,01	17,4	19,8	9	0,5				
Шницель куриный	90	13,7	12,26	12,15	213,7	0,06	0,18	22,7	1,57	39,4	146,2	23,6	1,02			
Макаронны отварные	150	5,4	0,6	30	147	0,06	0,02	-	0,8	10	36	9	0,7			



Утверждено:
Директор Муниципального
бюджетного учреждения №1 г. Орша
С. В. Фомина

1204

Хлеб ржаной / пшеничный	20/20	3	1,2	20	104	0,06	-	-	0,6	9	35	4	0,4
Чай с сахаром с вит.С	200	-	-	14	56	-	7,5	-	-	12	8	6	0,8
Итого		22,88	16,4	79,73	570,5	0,2	8,42	22,71	2,97	87,8	245	51,6	3,42

Всего в среднем за 1 день 2-х недель		19,09	18,08	76,82	550,61	0,21	10,79	14,72	2,46	138,61	244,07	56,86	3,25
---	--	--------------	--------------	--------------	---------------	-------------	--------------	--------------	-------------	---------------	---------------	--------------	-------------

Согласовано:
Генеральный директор
ООО «Школьное питание»
А.А. Косинский

