СОГЛАСОВАНО

Начальник ТОТУ Роспотребназора по Тамбовской области в г. Мичуринске, Петровском, Первомайском, Никифоровском и Староюрьевском районах

Ю.Н. Пономарев 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Начальник отдела образования

администрации Никифоровского района

Испес Н.В.Мажорова

Директор МБОУ Никифоровская СОШ №2"

# Наминистация Бриготовляемых блюд для обучающихся

в возрасте от 11-и лет и старше

в МБОУ "Никифоровская средняя общеобразовательная школа №2"

38 06 л на 2023-2024 учебный год

Понедельник 1 неделя

№ рец	Наименование	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Эн. ценность, ккал	Ca	Mg	Р	Fe	Α	<b>B1</b>	PP	C
102	Суп картофельный с бобовыми (гороховый)	250	6,2	13,7	24	128	38,08	35,3	87,18	2,03	0	0,23	5,81	6,2
494	Цыплята запеченые	120	35,91	20,03	1,56	181,38	42,84	10,19	149,58	3,22	0,9	0,06	2,08	1,4
	Макароны отварные с маслом	180	17,55	18,71	115,87	702,07	2,33	20,55	110,06	2,33	0	0,06	0,5	0,5
685	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	56,8	6	7	10	2	0	0	0,09	2,5
Company of the Control of the Contro	Хлеб пшеничный	45	4	2,07	22,86	126	25	6,6	16	0,3	0	0,03	0,3	0
	Хлеб ржаной	25	1,65	1,7	8,35	43,5	6	9,2	24	0,4	0	0,03	0,02	0
Barrelland State (State of the State of the	Итого		65,51	56,21	186,64	1237,75	120,25	88,84	396,82	10,28	0,9	0,41	8,8	10,6

№ рец	Наименование	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы. г	Эн.	Ca	Mg	Р	Fe	A	B1	PP	С
75	Горошек зеленый консервированный	100	3	7	6	35	32	13	30	0,8	0	0,03	0,07	9,6
XX	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250	2,44	5,04		86,4	57	27	192	0,8	0	0,1	0,9	22
Фирме	Запеканка из мяса куриного	100	15,55	13,9	15,7	228,75	43,75	32,13	166,38	1,5	28,75	0,1	0,5	0,15
and the state of t	Картофельное пюре	200	4,68	· 7	28	348	44,37	33,3	103,91	1,21	0	0,16	21,8	30,6
685	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	56,8	6	7	10	2	0	0	0,09	2,5
	Хлеб пшеничный	45	4	2,07	22,86	126	25	6,6	16	0,3	0	0,03	0,3	0
	Хлеб ржаной	25	1,65	1,7	8,35	43,5	6	9,2	24	0,4	0	0,03	0,02	0
www.www.nocens.commons.com	Итого		31,52	36,71	103,21	924,45	214,12	128,23	542,29	7,01	28,75	0,45	23,68	55,25

Среда 1 неделя

№ рец	Наименование	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы. г	Эн. ценность.	Ca	Mg	Р	Fe	А	B1	С	PP
103	Суп картофельный с	250		***************************************		LCHIOCID.								
	макаронными изделиями	250	2,69	2,5	20,31	118,8	24,6	27	66,65	1,09	0	0,11	8,25	8,3
59	Рыба,тушенная в соусе	100/20	30,42	18,57	3,2	293,75	68	16	127,2	1	0	0,03	2,6	
511	Рис отварной	180	11,64	19,48	100	621,9	187	153	522	1,78	0	1	1	33
-685	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	56,8	6	7	10	2	0	0	0,09	2,5
	Хлеб пшеничный	45	4	2,07	22,86	126	25	6,6	16	0,3	0	0,03	0,3	0
	Хлеб ржаной	25	1,65	1,7	8,35	43,5	6	9,2	24	0,4	0	0,03	0,02	0
	Итого		50,6	44,32	168,72	1260,75	316,6	218,8	765,85	6,57	0	1,2	12,26	35,5

Четверг 1 неделя

№ рец	Наименование	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы. г	Эн. ценность.	Са	Mg	Р	Fe	Α	B1	С	PP
110	Борщ с капустой и картофелем	250	2,4	2,9	13,1	85	101	7	66,65	1,09	0	0,11	8,25	8,3
489	Гуляш из свинины	100/20	24	22	10	354	15	19	96	1,1	0	0,06	2,5	0
297	Каша гречневая рассыпчатая	180	11,2	9,2	55,8	356	15,57	81	250,2	4,73	0,02	0,22	2,4	0
685	Чай с сахаром	200	0,3	0,1	15,2	61	17	7	10	0,9	0	0	0.09	2,5
	Хлеб пшеничный	45	4	2,07	22,86	126	25	6,6	16	0,3	0	0,03	0,3	0
	Хлеб ржаной	25	1,65	1,7	8,35	43,5	6	9,2	24	0,4	0	0,03	0,02	0
	Итого	***************************************	43,55	37,97	125,31	1025,5	179,57	129,8	462,85	8,52	0,02	0,45	13,56	10,8

Пятница 1 неделя

№ рец	Наименование	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Эн. ценность, ккал	Са	Mg	Р	Fe	Α	B1	с	PP
TOT	Суп картофельный с крупой (рис)	250	2,3	2,9	18,5	118	23,05	25	62,55	1	0	0,1	8,25	8,3
120	Биточки куриные под соусом	100/20 .	19,3	10	18	210	43,65	19,25	149,58	1,71	0,9		2,08	1,4
203	Макароны отварные с маслом	180	17,55	18,71	115,87	702,07	2,33	20,55	110,06	2,33		0,06	0,5	0,5
685	Чай с сахаром	200	0,3	0,1	15,2	61	17	7	10	0,9		0	0,09	2,5
	Хлеб пшеничный	45	4	2,07	22,86	126	25	6,6	16	0,3	0	0,03	0,3	0
	Хлеб ржаной	25	1,65	1,7	8,35	43,5	6	9,2	24	0,4	0	0,03	0,02	0
	. Итого		45,1	35,48	198,78	1260,57	117,03	87,6	372,19		0,9	0,28	11,24	12,7

Понедельник 2 неделя

№ рец	Наименование	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Эн. ценность, ккал	Са	Mg	Р	Fe	A	B1	С	PP
88	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250	2,44	5,04	8,3	86,4	57	27	192	0,8	0	0,1	0,9	22
494	Цыплята запеченые	120	35,91	20,03	1,56	181,38	42,84	10,19	149,58	3,22	0,9	0,06	2,08	1,4
	Каша гречневая рассыпчатая	180	11,2	9,2	55,8	356	15,57	81	250,2	4,73	0,02	0,22	2,4	0
685	Чай с сахаром	200	0,3		15,2	61	17	7	10	0,9	0	0	0,09	2,5
<b></b>	Хлеб пшеничный	45	4	2,07	22,86	126	25	6,6	16	0,3	0	0,03	0,3	0
1	Хлеб ржаной	25	1,65	1,7	8,35	43,5	6	9,2	24	0,4	0	0,03	0,02	0
	Итого		55,5	38,14	112,07	854,28	163,41	140,99	641,78	10,35	0,92	0,44	5,79	25,9
	Вторник 2			T	Углевод	Эн.		T		T		Т	Т	
№ рец	,	неделя Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы. г	Эн.	Ca	Mg	Р	Fe	Α	B1	С	PP
	,		<b>Белки, г</b>	<b>Жиры, г</b>	Углевод ы. г	Эн. ценность. 90	<b>Ca</b> 57	Mg 27	<b>P</b> 192	<b>Fe</b> 0,8	<b>A</b> 0			
102	Наименование	Выход г		13,7	<b>ы.г</b> 7 24	ценность.	57	27	192	0,8		0,1	0,9	22
77 102	<b>Наименование</b> Икра кабачковая Суп картофельный с бобовыми	<b>Выход г</b>	0	7	<b>ы.г</b> 7	<b>ценность.</b> 90					0			22 6,2
77 102 Фирм	<b>Наименование</b> Икра кабачковая Суп картофельный с бобовыми (гороховый)	<b>Выход г</b> 100 250	6,2	13,7	<b>ы.г</b> 7 24	<b>ценность.</b> 90 128	57 38,08	27 35,3	192 87,18	0,8 2,03	0	0,1	0,9 5,81	6,2 0,15
77 102 Фирм	Наименование Икра кабачковая Суп картофельный с бобовыми (гороховый) Запеканка из мяса куриного	Выход г 100 250 100	6,2 15,55	13,7	ы. г 7 24 15,7	ценность. 90 128 228,75	38,08 43,75	35,3 32,13	87,18 166,38	0,8 2,03 1,5	0 0 28,75	0,1 0,23 0,1	0,9 5,81 0,5	6,2 0,15 30,6
77 102 Фирм 520 685	Наименование  Икра кабачковая  Суп картофельный с бобовыми (гороховый)  Запеканка из мяса куриного Картофельное пюре	Выход г 100 250 100 200	6,2 15,55 4,68	13,7 13,9 7 0 2,07	24 15,7 28 14 22,86	ценность. 90 128 228,75 196	38,08 43,75 44,37	35,3 32,13	87,18 166,38 103,91	2,03 1,5 1,21 2	0 0 28,75 0	0,1 0,23 0,1 0,16	0,9 5,81 0,5 21,8 0,09	6,2 0,15
77 102 Фирм 520 685	Наименование  Икра кабачковая  Суп картофельный с бобовыми (гороховый)  Запеканка из мяса куриного  Картофельное пюре  Чай с сахаром	Выход г 100 250 100 200 200	6,2 15,55 4,68	7 13,7 13,9 7	24 15,7 28 14	ценность, 90 128 228,75 196 56,8	38,08 43,75 44,37 6	35,3 32,13 33,3 7	87,18 166,38 103,91	0,8 2,03 1,5	0 0 28,75 0	0,1 0,23 0,1 0,16	0,9 5,81 0,5 21,8	6,2 0,15 30,6 2,5

Среда 2 неделя

№ рец		Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Эн. ценность, ккал	Са	Mg	P	Fe	Α	B1	С	PP
103	Суп картофельный с	250	2,69	2,5	20,31	118,8	24,6	27	66,65	1,09	0	0,11	8,25	8,3
Фирм	Запеканка из филе минтая	100	30,42	18,57	3,2	293,75	68	16	127,2	1	0	0,03	2,6	0
511	Рис отварной	180 -	11,64	19,48	100	621,9	187	153	522	1,78	0	1	1	33
685	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	56,8	6	7	10	2	0	0	0,09	2,5
	Хлеб пшеничный	45	4	2,07	22,86	126	25	6,6	16	0,3	0	0,03	0,3	0
	Хлеб ржаной	25	1,65	. 1,7	8,35	43,5	6	9,2	24	0,4	0	0,03	0,02	0
·	Итого		50,6	44,32	168,72	1260,75	316,6	218,8	765,85	6,57	0	1,2	12,26	43,8

Четверг 2 неделя

N	№ рец	Наименование	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы. г	Эн. ценность.	Са	Mg	Р	Fe	Α	B1	С	PP
	101	Суп картофельный с крупой	250					7.				***************************************			
L	101	(пшено)	230	2,3	2,9	18,5	118	23,05	25	62,55	1	0	0,1	8,25	8,3

	Итого		49,8	47,48	190,78	1404,57	88,38	87,35	318,61	6,03	0	0,28	11,66	11,3
~~~~	Хлеб ржаной	25	1,65	1,7	8,35	43,5	6	9,2	24	0,4	0	0,03	0,02	0
************	Хлеб пшеничный	45	4	2,07	22,86	126	25	6,6	16	0,3	0	0,03	0,3	0
	Чай с сахаром	200	0,3	0,1	15,2	61	17	7	10	0,9	0	0	0,09	2,5
	Макароны отварные с маслом	180	17,55	18,71	115,87	702,07	2,33	20,55	110,06	2,33	0	0,06	0,5	0,5
489	Гуляш из куриного филе	100/20	24	22	10	354	15	19	96	1,1	0	0,06	2,5	0

Пятница 2 неделя

№ рец	Наименование	Выходг	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Эн. ценность, ккал	Са	Mg	Р	Fe	Α	B1	с	PP
110	Борщ с капустой и картофелем	250	2,4	2,9	13,1	85	101	7	66,65	1,09	0	0,11	8,25	8,3
120	Биточки свиные под соусом	100/20	19,3	10		210	43,65	19,25	149,58	1,71	0,9	0,06	2,08	1,4
511	Рис отварной	180	11,64	19,48	100	621,9	187	153	522	1,78	0	1	1	33
	Хлеб пшеничный	45	4	2,07	22,86	126	25	6,6	16	0,3	0	0.03	0,3	n
	Хлеб ржаной	25	1,65	1,7	8,35	43,5	6	9,2	24	0,4	0	0.03	0,02	0
	Итого		38,99	36,15	162,31	1086,4	362,65	195,05	778,23	5,28	0,9	1,23	11,65	42,7