

Циклическое меню ОУ Ставропольского района на 2024/2025 уч.год с 01.10.2024 г. (витаминация)

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо

1-я неделя

Понедельник			Завтрак													
Фрукты	1-4 классы	338 с6.2015	100	0,400	0,400	9,800	47,000	0,030	10,000	0,000			16,000	11,000	9,000	2,200
			Обед													
Сыр полутвердый (порционнo)	1-4 классы	СТО 71063300-003-2012	10	3,58	3,50	0,00	47	0,010	0,320	0,090	0,060		200,000	108,000	10,000	
			Полдник													
Сок фруктовый, (1 шт)	1-4 классы	293 с6.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000				16,000	18,000	10,000	0,400
Среда			Завтрак													
Сыр полутвердый (порционнo)	1-4 классы	СТО 71063300-003-2012	10	3,58	3,50	0,00	47	0,010	0,320	0,090	0,060		200,000	108,000	10,000	
			Обед													
Фрукты	1-4 классы	338 с6.2015	100	0,400	0,400	9,800	47,000	0,030	10,000	0,000			16,000	11,000	9,000	2,200
			Полдник													
Сыр полутвердый (порционнo)	1-4 классы	СТО 71063300-003-2012	10	3,58	3,50	0,00	47	0,010	0,320	0,090	0,060		200,000	108,000	10,000	
Пятница			Завтрак													
Сыр полутвердый (порционнo)	1-4 классы	СТО 71063300-003-2012	10	3,58	3,50	0,00	47	0,010	0,320	0,090	0,060		200,000	108,000	10,000	
			Обед													
Фрукты	1-4 классы	338 с6.2015	100	0,400	0,400	9,800	47,000	0,030	10,000	0,000			16,000	11,000	9,000	2,200
			Полдник													
Сок фруктовый, (1 шт)	1-4 классы	293 с6.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000				16,000	18,000	10,000	0,400

2-я неделя

Понедельник			Завтрак													
Фрукты	1-4 классы	338 с6.2015	100	0,400	0,400	9,800	47,000	0,030	10,000	0,000			16,000	11,000	9,000	2,200
			Обед													
Сыр полутвердый (порционнo)	1-4 классы	СТО 71063300-003-2012	10	3,58	3,50	0,00	47	0,010	0,320	0,090	0,060		200,000	108,000	10,000	
			Полдник													
Сок фруктовый, (1 шт)	1-4 классы	293 с6.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000				16,000	18,000	10,000	0,400
Среда			Завтрак													
Фрукты	1-4 классы	338 с6.2015	100	0,400	0,400	9,800	47,000	0,030	10,000	0,000			16,000	11,000	9,000	2,200
			Обед													
Сыр полутвердый (порционнo)	1-4 классы	СТО 71063300-003-2012	10	3,58	3,50	0,00	47	0,010	0,320	0,090	0,060		200,000	108,000	10,000	
			Полдник													
Сок фруктовый, (1 шт)	1-4 классы	293 с6.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000				16,000	18,000	10,000	0,400
Пятница			Завтрак													
Фрукты	1-4 классы	338 с6.2015	100	0,400	0,400	9,800	47,000	0,030	10,000	0,000			16,000	11,000	9,000	2,200
			Обед													
Сыр полутвердый (порционнo)	1-4 классы	СТО 71063300-003-2012	10	3,58	3,50	0,00	47	0,010	0,320	0,090	0,060		200,000	108,000	10,000	
			Полдник													
Сок фруктовый, (1 шт)	1-4 классы	293 с6.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000				16,000	18,000	10,000	0,400