

и.о. директора

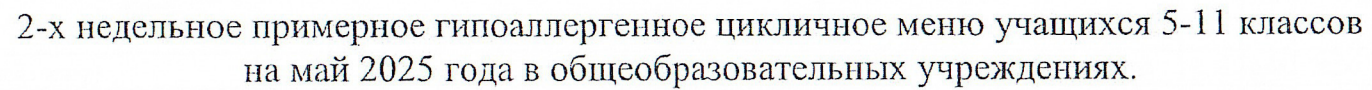
28.04.2025



Директор МБУ «Дирекция по организации питания»

Е. В. Пороховой

« 28 » апреля 2025 г.



Организатор питания МБУ «Дирекция по организации питания»

№ п/п Код продукта по ГОСТу 2015г.	Наименование блюд	Выход порции (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Микроэлементы (мг)				Витамины (мг)		
			белки	жиры	углеводы		Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
	Первая неделя												
	Понедельник												
	Завтрак												
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,15	0,16	6,14	0,00
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	45	0,5	0,1	1,7	10	6	9	12	0,4	0,0	11,3	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Всего:		5,7	12,2	58,4	397	25	43	96	2,41	0,19	17,49	0,00
	Вторник												
	Завтрак												
71	Овощи свежие с маслом	100	0,9	10,1	2,8	106	17	15	31	0,68	0,04	16,00	0,00
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,3	13	8	12	16	0,5	0,0	15,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		10,4	14,0	82,0	496	281	77	218	2,43	0,32	23,54	0,18
	Среда												
	Завтрак												
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	80	0,9	0,2	3,0	17	11	16	21	0,70	0,05	20,00	0,00
71	Огурцы свежие (доп. гарнир)	30	0,2	0,0	0,8	4	7	4	13	0,18	0,01	3,00	0,00
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		1,3	0,3	50,1	207	23	24	42	1,73	0,06	23,10	0,00
	Четверг												
	Завтрак												
67	Винегрет овощной	130	1,4	13,3	9,0	161	20	17	34	0,75	0,05	9,49	0,00
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	80	0,9	0,2	3,0	17	11	16	21	0,70	0,05	20,00	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Всего:		7,5	20,9	152,1	822	100	95	159	8,16	0,22	86,79	0,00
	Пятница												
	Завтрак												
321	Капуста тушеная	180	3,4	8,8	8,4	126	95	31	60	1,00	0,04	30,36	0,00
71	Помидоры свежие (доп. гарнир)	30	0,3	0,1	1,1	6	4	6	8	0,27	0,02	7,50	0,00
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		3,9	9,0	55,8	318	104	41	76	2,12	0,06	37,96	0,00
	Вторая неделя												
	Понедельник												

	Завтрак												
315	Капуста цветная отварная с маслом	150	4,0	5,5	6,8	93	42	28	83	2,30	0,16	113,40	0,00
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		4,2	5,6	53,1	279	47	32	91	3,15	0,16	113,50	0,00
	Вторник												
	Завтрак												
67	Винегрет овощной	130	1,4	13,3	9,0	161	20	17	34	0,75	0,05	9,49	0,00
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	0,5	0,0	1,5	8	14	8	25	0,36	0,02	6,00	0,00
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		2,1	13,4	56,8	355	39	29	67	1,96	0,07	15,59	0,00
	Среда												
	Завтрак												
54	Салат из свеклы с яблоками	100	1,1	6,0	7,1	87	26	14	29	1,27	0,02	6,44	0,00
71	Помидоры свежие (доп. гарнир)	30	0,3	0,1	1,1	6	4	6	8	0,27	0,02	7,50	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,40	0,00	11,00	0,00
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
	Всего:		4,0	13,0	61,9	378	53	34	57	4,79	0,04	25,04	0,00
	Четверг												
	Завтрак												
321	Капуста тушеная	150	2,8	7,3	7,0	105	79	26	50	1,00	0,03	25,30	0,00
71	Огурцы свежие (доп. гарнир)	30	0,2	0,0	0,8	4	7	4	13	0,18	0,01	3,00	0,00
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		3,2	7,4	54,1	295	91	34	71	2,03	0,04	28,40	0,00
	Пятница												
	Завтрак												
54	Салат из свеклы с яблоками	100	1,1	6,0	7,1	87	26	14	29	1,27	0,02	6,44	0,00
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	0,5	0,0	1,5	8	14	8	25	0,36	0,02	6,00	0,00
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,85	0,00	0,10	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	Всего:		1,8	6,1	54,9	281	45	26	62	2,48	0,04	12,54	0,00
	Итого по меню:		33,7	88,0	597,2	3332	527,0	358,0	721,0	28,8	0,9	360,4	0,0
	среднее за день		3,7	9,8	66,4	370	58,6	39,8	80,1	3,2	0,1	40,0	0,0

Начальник производственно-технологического отдела МБУ "Дирекция по организации питания" Н.В.Решетникова