

СОГЛАСОВАНО:

Директор школы

МОУ ИРМО «Никольская СОШ»

Куликова Ирина Николаевна



2024 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Руководитель

Олейник Андрей Александрович



А.А. Олейник

« 2024 г.

Основное (организованное) десятидневное меню двухразового питания (завтраки, обеды)  
для учащихся общеобразовательных организаций Иркутского районного муниципального  
образования

Для пищеблоков логоготовочных организаций.

(Сезон весна - лето)

Возраст с 7-11 лет (ОВЗ и инвалиды)

2024 учебный год.

Химический состав и калорийность российских продуктов питания В.Агутельян Москва Дели плюс -2012г.

Сборник для школ Москва Дели плюс -2017г.

ПП - Промышленное производство

**Описание (организационное) дневного меню двукратного питания питания (завтрак, обед)  
 для учащихся общеобразовательных организаций Иркутского районного муниципального образования  
 Пищевыми организациями, входящими в учебный отдел (Сезон весна - лето). Возраст с 7-11 лет (ОВЗ и инвалиды)**

Примечание	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептура, сборник
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1, день 1</b>							
<b>Завтрак</b>							
	Каша молочная " Дружба" с маслом	200,00	6,08	11,18	43,46	300,00	сб. Москва Дели плюс 2017 г. № 175
	Каша с молоком	200,00	4,08	3,34	17,58	118,60	сб. Москва Дели плюс 2017г №382
	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	Промышленное производство
	Хлеб пшеничный	40	3,04	1,62	14,11	90,40	Промышленное производство
	Хлеб ржаной	20	4,31	1,42	6,88	53,77	Промышленное производство
		<b>500,00</b>	<b>22,59</b>	<b>22,36</b>	<b>82,31</b>	<b>625,77</b>	
<b>Обед</b>							
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200,00	2,15	2,27	13,60	94,60	сб. Москва Дели плюс 2017 г № 103
	Ежики мясные с подливом основным	90	7,20	7,65	8,10	135,00	Промышленное производство
	Рис пропаренный	150	8,55	9,15	34,35	245,40	сб. Москва Дели плюс 2017 г. № 305
	Кисель яч.	200	0,20	0,00	14,60	90,00	сб. Москва Дели плюс 2017г № 350
	Хлеб пшеничный	40	3,04	1,62	14,11	90,40	Промышленное производство
	Хлеб ржаной	30	6,46	2,13	10,32	80,65	Промышленное производство
		<b>710,00</b>	<b>27,60</b>	<b>22,82</b>	<b>95,08</b>	<b>736,05</b>	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>500,00</b>	<b>22,59</b>	<b>22,36</b>	<b>82,31</b>	<b>625,77</b>	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>710,00</b>	<b>27,60</b>	<b>22,82</b>	<b>95,08</b>	<b>736,05</b>	
		<b>1210,00</b>	<b>50,19</b>	<b>45,18</b>	<b>177,39</b>	<b>1361,82</b>	

\* Сборник для школ Москва Дели плюс -2017г.

\*Химический состав и энергетическая ценность российских продуктов питания В. Агутина Москва Дели плюс -2012

Согласовано: \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 Директор школы



«Никольская СОШ»  
 И. В. КУДЯКОВА  
 РК. Р-Н С. НИКОЛЬСК  
 НИКОЛЬСКАЯ ЗДАНИЕ 13  
 СВЯЗИ: 89500510032

2 (ОВЗ и инвалиды)							
7-11 лет		Пищевые вещества					
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры, сборник
Неделя 1, день 2							
Завтрак							
	Макаронные изделия с сыром	180,20	10,12	19,09	55,36	320,93	сб. Москва Дели плюс 2017г №204
	Чай с сахаром, с лимоном	180	0,13	0,02	15,20	62,00	сб. Москва Дели плюс 2017г №377
	Салат из свеклы отварной	100,00	1,41	6,01	8,26	92,80	сб. Москва Дели плюс 2017г № 52
	Хлеб пшеничный	40	3,04	1,62	14,11	90,40	Промышленное производство
	Хлеб ржаной	20	4,31	1,42	6,88	53,77	Промышленное производство
		<b>540,00</b>	<b>19,01</b>	<b>28,16</b>	<b>99,81</b>	<b>619,90</b>	
Обед							
	Суп картофельный с бобовыми	200,00	4,39	4,22	13,23	118,60	сб. Москва Дели плюс 2017г № 102
	Жаркое по-домашнему(говядина)	200	51,44	57,42	52,64	521,85	сб. Москва Дели плюс 2017 №259
	Напиток из плодов шиповника	200	0,67	0,28	20,76	88,20	сб. Москва Дели плюс 2017 №388
	Хлеб пшеничный	40	3,04	1,62	14,11	90,40	Промышленное производство
	Хлеб ржаной	30	6,46	2,13	10,32	80,65	Промышленное производство
		<b>700,00</b>	<b>66,00</b>	<b>68,67</b>	<b>111,06</b>	<b>899,70</b>	
Итого за завтрак:							
		<b>530,00</b>	<b>19,01</b>	<b>28,16</b>	<b>99,81</b>	<b>619,90</b>	
Итого за обед:							
		<b>720,00</b>	<b>66,00</b>	<b>68,67</b>	<b>111,06</b>	<b>899,70</b>	
		<b>1250,00</b>	<b>85,01</b>	<b>93,83</b>	<b>210,87</b>	<b>1519,60</b>	

\* Сборник для школ Москва Дели плюс -2017г.

Химический состав и калорийность российских продуктов питания В.Атутельян Москва Дели плюс -2012

Согласовано: Директор школы



МОУ НРМО «НИКОЛЬСКИЙ СОШ»  
 ДИРЕКТОР *Н.Е.Е. ЕДИКОСА*  
 03.2017 ИГК.Р-Н С.ДИКСЛЬСК  
 КОМСОМОЛЬСКАЯ ЗДАНИЕ 13  
 Т.Е.П. ДЛЯ СВЯЗИ: 89500513032



3 (ОВЗ и инвалиды)							
7-11 лет							
Приним пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепта, сборник
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1, день 3							
Завтрак							
	Каши манная молочная	180	6,11	10,72	42,36	291,00	сб Москва Дели плюс 2017г №181
	Кофейный напиток с молоком	180	7,92	2,68	15,95	100,60	сб Москва Дели плюс 2017 г. №379
	Кондитерское изделие (вафля)	20	0,90	4,80	13,40	100,00	Промышленное производство
	Фрукты в ассортименте	120	0,48	0,48	11,76	56,40	Промышленное производство
	Хлеб пшеничный	40	3,04	1,62	14,11	90,40	Промышленное производство
	Хлеб ржаной	20	4,31	1,42	6,88	53,77	Промышленное производство
		<b>560,00</b>	<b>22,76</b>	<b>21,72</b>	<b>104,46</b>	<b>692,17</b>	
Обед							
	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,41	3,95	6,32	71,80	сб Москва Дели плюс 2017 г. №88
	Каши гречневая рассыпчатая	160	8,84	9,54	39,85	253,99	сб Москва Дели Плюс 2017 г № 171
	Птица тушеная с овощами в соусе(грушка пыленка бройлера)	90	16,95	10,47	35,73	305,30	сб Москва Дели плюс 2017 г №292
	Напиток Лимонный	200	0,20	0,00	26,00	106,00	сб Москва Дели плюс 2017г №346
	Хлеб пшеничный	40	3,04	1,62	14,11	90,40	Промышленное производство
	Хлеб ржаной	30	6,46	2,13	10,32	80,65	Промышленное производство
		<b>720,00</b>	<b>36,90</b>	<b>27,71</b>	<b>132,33</b>	<b>908,14</b>	
Итого за завтрак:		<b>560,00</b>	<b>22,76</b>	<b>21,72</b>	<b>104,46</b>	<b>692,17</b>	
Итого за обед:		<b>720,00</b>	<b>36,90</b>	<b>27,71</b>	<b>132,33</b>	<b>908,14</b>	
		<b>1280,00</b>	<b>59,66</b>	<b>49,43</b>	<b>236,79</b>	<b>1600,31</b>	

\* Химический состав и калорийность российских продуктов питания В.Агулькин Москва Дели плюс -2012

Сборник для школ Москва Дели плюс -2017г.

Согласовано: Директор школы



МОУ ИРМО «НИКОЛЬСКАЯ СОШ»  
 ДИРЕКТОР *Н.Н. Куликова* Н.Н. КУЛИКОВА  
 01 103 2025 ИРМО, Р-Р С. НИКОЛЬСК  
 ПЛ. КОМСОМОЛЬСКАЯ, ЭТАЖЕ 13  
 ТЕЛ. ДЛЯ СВЯЗИ: 89500610002

4 (ОВЗ и инвалиды)								
7-11 лет								
Прим. пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецепта, сборник
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1, день 4								
Завтрак								
	Рагу из индейки (груда индейки бройлера)	180	12,56	12,98	43,48	314,70	сб. Москва Дели плюс 2017 г. №289	
	Кавказ с молоком	180	4,08	3,54	17,58	118,60	сб. Москва Дели плюс 2017 г. № 382	
	Огурец соевый	100	0,80	0,10	1,70	10,00	сб. Москва Дели плюс 2017 г. №70	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	1,62	14,11	90,40	Промышленное производство	
	Хлеб ржаной	20	4,31	1,42	6,88	53,77	Промышленное производство	
		<b>520,00</b>	<b>24,79</b>	<b>19,66</b>	<b>83,75</b>	<b>587,47</b>		
Обед								
	Борщ с капустой и картофелем	250	2,00	5,52	15,33	103,75	сб. Москва Дели плюс 2017 г. №82	
	Минтай(филе) тушеный в томате с овощами(лук, морковь)	100	0,75	4,95	3,80	105,00	сб. Москва Дели плюс 2017 г. №229	
	Картофельное пюре	180	3,68	9,00	31,14	164,70	сб. Москва Дели плюс 2017 г. №312	
	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,12	24,08	114,60	сб. Москва Дели плюс 2017 г. № 342	
	Хлеб ржаной	35	7,54	2,49	12,04	94,09	Промышленное производство	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	1,62	14,11	90,40	Промышленное производство	
		<b>805,00</b>	<b>26,17</b>	<b>23,70</b>	<b>100,50</b>	<b>672,54</b>		
Итого за завтрак:		<b>520,00</b>	<b>24,79</b>	<b>19,66</b>	<b>83,75</b>	<b>587,47</b>		
Итого за обед:		<b>805,00</b>	<b>26,17</b>	<b>23,70</b>	<b>100,50</b>	<b>672,54</b>		
		<b>1325,00</b>	<b>50,96</b>	<b>43,36</b>	<b>184,25</b>	<b>1260,01</b>		

\* Сборник для школ Москва Дели плюс -2017г.

\*Химический состав и калорийность российских продуктов питания В.Атутельян Москва Дели плюс -2012

Согласовано: Директор школы



МОУ НПО «НИЖОЛЬСКАЯ СОШ»  
 ДИРЕКТОР *И.Н. Кулукова*  
 2021 г. ИРК.Р-И.С.НИКЕЛЬСКОЕ  
 КОСЬКОМОВСКАЯ ЗДАНИЕ 13  
 Т.П. ДЛЯ СВЯЗИ: 89606518032

5 (ОВЗ и инвалиды)		Пищевые вещества					Энергетическая ценность	№ рецепта, сборник
7-11 лет		Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы			
Прием пищи	Наименование блюда							
Неделя 1, день 5								
Завтрак								
	Птица тушеная с овощами в соусе	190	16,95	10,47	35,73	305,30	об Москва Дели плюс 2017 г. № 292	
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,29	8,94	37,36	238,12	об Москва Дели плюс 2017 г. № 171	
	Витаминизированный напиток	200	0,00	0,00	19,00	80,00	Промышленное производство	
	Икра кабачковая	60	1,64	4,31	8,73	80,28	Промышленное производство	
	Батон	40	3,12	1,16	21,12	102,40	Промышленное производство	
	Хлеб ржаной	20	4,31	1,42	6,88	53,77	Промышленное производство	
		<b>560,00</b>	<b>34,31</b>	<b>26,30</b>	<b>128,82</b>	<b>859,87</b>		
Обед								
	Суп картофельный с крупой	200	1,45	4,90	6,07	81,00	об Москва Дели плюс 2017г № 101	
	Гуляш из свинины	90	10,64	7,11	8,60	258,10	об Москва Дели плюс 2017г №260	
	Макаронные изделия отварные	150	5,73	6,07	31,98	205,50	об. Москва Дели плюс 2017 г. № 202	
	Компот из смеси сухофруктов	200	8,29	8,95	37,36	238,12	об Москва Дели плюс 2017г №349	
	Хлеб ржаной	30	6,46	2,13	10,32	80,65	Промышленное производство	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	1,62	14,11	90,40	Промышленное производство	
		<b>710,00</b>	<b>35,61</b>	<b>30,78</b>	<b>108,44</b>	<b>953,77</b>		
	Итого за завтрак:	<b>560,00</b>	<b>34,31</b>	<b>26,30</b>	<b>128,82</b>	<b>859,87</b>		
	Итого за обед:	<b>710,00</b>	<b>35,61</b>	<b>30,78</b>	<b>108,44</b>	<b>953,77</b>		
		<b>1270,00</b>	<b>69,92</b>	<b>57,08</b>	<b>237,26</b>	<b>1813,64</b>		

\* Сборник для школ Москва Дели плюс -2017г.

\*Химический состав и калорийность российских продуктов питания В.Агульцева Москва Дели плюс -2012

Согласовано: Директор школы



ИРМО «НИКОЛЬСКАЯ СОШ»  
 Н.Н. КУЛЮКОВА  
 ИРК.Р.-И.С. НИКОЛЬСК  
 МОСКОВСКАЯ ЗДАНИЕ 13  
 СВЯЗЬ: 89500513032



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры, сборник
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2, день 1</b>							
<b>Завтрак (ОВЗ и инвалиды)</b>							
	Чай с сахаром, с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00	сб Москва Дети плюс 2017 г. № 377
	Каша овсяная молочная	200	10,04	14,93	55,71	397,77	сб Москва Дети плюс 2017г №173
	Батон	40	3,12	1,16	21,12	102,40	Промышленное производство
	Хлеб ржаной	20	4,31	1,42	6,88	53,77	Промышленное производство
	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	
		<b>500,00</b>	<b>22,68</b>	<b>22,13</b>	<b>99,19</b>	<b>678,94</b>	
<b>Обед</b>							
	Суп картофельный с крупой	200	1,48	4,92	6,09	81,00	сб Москва Дети плюс 2017г № 101
	Тефтели мясные с подливом основным	90	5,83	8,75	10,25	111,00	Промышленное производство
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,29	8,95	37,36	238,12	сб Москва Дети плюс 2017г № 171
	Напиток Лимонный	200	0,20	0,00	26,00	106,00	сб Москва Дети плюс 2017г № 346
	Хлеб пшеничный	40	3,04	1,62	14,11	90,40	Промышленное производство
	Хлеб ржаной	30	6,46	2,13	10,32	80,65	Промышленное производство
		<b>710,00</b>	<b>25,30</b>	<b>26,37</b>	<b>104,13</b>	<b>707,17</b>	
Итого за завтрак:		<b>500,00</b>	<b>22,68</b>	<b>22,13</b>	<b>99,19</b>	<b>678,94</b>	
Итого за обед:		<b>710,00</b>	<b>25,30</b>	<b>26,37</b>	<b>104,13</b>	<b>707,17</b>	
		<b>1210,00</b>	<b>47,98</b>	<b>48,50</b>	<b>203,32</b>	<b>1386,11</b>	

\* Сборник для школ Москва Дети плюс -2017г.

\*Химический состав и калорийность российских продуктов питания В.Агутельян Москва Дети плюс -2012

Согласовано: Директор школы



МОУ НРМО «НИКОЛЬСКАЯ СОШ»  
 ДИРЕКТОР *Н.Н. Кудрякова*  
 2012 г. ИРК.Р-1 С. НИКОЛЬСК  
 КОМСОМОЛЬСКАЯ ЗДАНИЕ 13  
 ДЛЯ СВЯЗИ: 89506610002

2 день (ОВЗ и инвалиды)		Пищевые вещества					Энергетическая ценность	№ рецептуры, сборник
7-11 лет		Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы			
Прием пищи	Наименование блюда							
Неделя 2, день 2								
Завтрак								
	Вареники с овощным фаршем	160/10	19,82	11,02	36,44	271,00	Промышленное производство	
	Батон, ватчина	30/10	6,20	5,48	14,76	133,00	Промышленное производство	
	Чай с молоком	180	1,52	1,35	15,90	81,00	сб Москва Дели плюс 2017г №378	
	Фрукты свежие в ассортименте	120	0,48	0,48	11,76	56,40	Промышленное производство	
	Хлеб ржаной	20	4,31	1,42	6,88	53,77	Промышленное производство	
		<b>530,00</b>	<b>32,33</b>	<b>19,75</b>	<b>85,74</b>	<b>595,17</b>		
Обед								
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,15	5,13	20,66	94,60	сб Москва Дели плюс 2017г №103	
	Гуляш из свинины	90	10,64	7,11	8,60	258,10	сб Москва Дели плюс 2017г №260	
	Картофельное пюре	160	3,26	7,72	27,80	146,40	сб Москва Дели плюс 2017г №312	
	Витаминизированный напиток "Виташка"	200	0,00	0,00	19,00	80,00	Промышленное производство	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	1,62	14,11	90,40	Промышленное производство	
	Хлеб ржаной	30	6,46	2,13	10,32	80,65	Промышленное производство	
		<b>720,00</b>	<b>25,55</b>	<b>23,71</b>	<b>100,49</b>	<b>750,15</b>		
	Итого за завтрак:	<b>530,00</b>	<b>32,33</b>	<b>19,75</b>	<b>85,74</b>	<b>595,17</b>		
	Итого за обед:	<b>720,00</b>	<b>25,55</b>	<b>23,71</b>	<b>100,49</b>	<b>750,15</b>		
		<b>1250,00</b>	<b>57,88</b>	<b>43,46</b>	<b>186,23</b>	<b>1345,32</b>		
* Сборник для школ Москва Дели плюс -2017г.								

Химический состав и калорийность российских продуктов питания В.Агульчан Москва Дели плюс -2012

Согласовано: Директор школы



МОУ НРМО «НИКОЛЬСКАЯ СОШ»  
 ДИРЕКТОР  
 И.Е. ЕУДИКОВА  
 2022 ИГБ.Р-1 с. НИКОЛЬСК  
 КОМСОМОЛЬСКАЯ УДАЧЕ 13  
 ДЛН СВНЗИ: 89560511032



3 день (ОВЗ и инвалиды)							
7-11 лет		Пищевые вещества					
Приним пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецепта, сборник
Неделя 2, день 3							
Завтрак							
	Булочка	75	5,46	9,39	32,94	238,50	Промышленное производство
	Каша молочная пшеница с маслом	180/10	7,82	10,00	40,09	282,28	сб. Москва Дети плюс 2017 г. №173
	Масло сливочное порционные	10	0,08	7,25	0,13	66,00	сб. Москва Дети плюс 2017 г. № 14
	Чай с сахаром, с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00	сб. Москва Дети плюс 2017г №377
	Хлеб пшеничный	40	3,04	1,62	14,11	90,40	Промышленное производство
	Хлеб ржаной	20	4,31	1,42	6,88	53,77	Промышленное производство
		<b>535,00</b>	<b>20,84</b>	<b>29,70</b>	<b>109,35</b>	<b>792,95</b>	
Обед							
	Расолыник Ленинградский	250	1,68	4,72	60,58	89,80	сб. Москва Дети плюс 2017г №96
	Плов из птицы (грудка цыпленка бройлера)	200	11,95	10,47	31,73	205,30	сб. Москва Дети плюс 2017г №291
	Компот из смеси сухофруктов	200	8,29	8,95	37,36	238,12	сб. Москва Дети плюс 2017г №349
	Хлеб ржаной	30	6,46	2,13	10,32	80,65	Промышленное производство
	Хлеб пшеничный	40	3,04	1,62	14,11	90,40	Промышленное производство
		<b>720,00</b>	<b>31,42</b>	<b>27,89</b>	<b>154,10</b>	<b>704,27</b>	
Итого за завтрак:							
		<b>535,00</b>	<b>20,84</b>	<b>29,70</b>	<b>109,35</b>	<b>792,95</b>	
Итого за обед:							
		<b>720,00</b>	<b>31,42</b>	<b>27,89</b>	<b>154,10</b>	<b>704,27</b>	
		<b>1255,00</b>	<b>52,26</b>	<b>57,59</b>	<b>263,45</b>	<b>1497,22</b>	

\* Сборник для школ Москва Дети плюс -2017г.

\*Химический состав и калорийность российских продуктов питания В.Агутельян Москва Дети плюс -2012

Согласовано: Директор школы



МОУ НРМО «НИКОЛЬСКАЯ СОШ»

ДИРЕКТОР *Н.Н. Кудрякова*  
 2025 ИРК.Р-Н.С. НИКОЛЬСК  
 КОМСОМОЛЬСКАЯ ЗДАНИЕ 13  
 ДЛЯ СВЯЗИ: 89500613032

4 день (ОВЗ и инвалиды)		Пищевые вещества						№ рецепта, сборник
7-11 лет		Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность		
Прием пищи	Наименование блюда							
Неделя 2, день 4								
Завтрак								
	Запеканка рисовая с творогом	150/10	9,08	14,79	48,79	327,15	сб. Москва Дети плюс 2017г № 188	
	Чай с сахаром	180	0,07	0,02	15,00	60,00	сб. Москва Дети плюс 2017г №376	
	Изюм	30	62,25	1,56	0,09	15,30	Промышленное производство	
	Яблоко печеное	100	0,36	0,35	35,68	142,66	сб. Москва Дети плюс 2017 г № 372	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	1,62	14,11	90,40	Промышленное производство	
	Хлеб ржаной	20	4,31	1,42	6,88	53,77	Промышленное производство	
		<b>530,00</b>	<b>79,11</b>	<b>19,76</b>	<b>120,55</b>	<b>689,28</b>		
Обед								
	Борщ с капустой и картофелем	230	2,87	3,22	15,64	119,31	сб. Москва Дети плюс 2017г № 82	
	Жаркое по- домашнему(говядина)	200	51,44	57,42	52,64	521,85	сб. Москва Дети плюс 2017 г. № 259	
	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,12	24,08	114,60	сб. Москва Дети плюс 2017г № 342	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	1,62	14,11	90,40	Промышленное производство	
	Хлеб ржаной	30	6,46	2,13	10,32	80,65	Промышленное производство	
		<b>700,00</b>	<b>63,97</b>	<b>64,51</b>	<b>116,79</b>	<b>926,81</b>		
	Итого за завтрак:	<b>530,00</b>	<b>79,11</b>	<b>19,76</b>	<b>120,55</b>	<b>689,28</b>		
	Итого за обед:	<b>700,00</b>	<b>63,97</b>	<b>64,51</b>	<b>116,79</b>	<b>926,81</b>		
		<b>1230,00</b>	<b>143,08</b>	<b>84,27</b>	<b>237,34</b>	<b>1616,09</b>		

\* Химический состав и калорийность российских продуктов питания В.Агутельян Москва Дети плюс -2012

Сборник для школ Москва Дети плюс -2017г.

Согласовано: Директор школы



МОУ НРМО «НИКОЛЬСКАЯ СОШ»  
 ДИРЕКТОР  
 И.Е.ГУЛИКОВА  
 2024 ИГЕ.Р-Н.С. ЕКАТЕРИНСКОЕ  
 МОСКОВСКАЯ ОБЛАСТЬ  
 ДЛ. СВНСИ: 85006510012

5 день (ОВЗ и инвалиды)		Пищевые вещества						
7-11 лет								
Пример пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецепта, сборник	
Неделя 2, день 5								
Завтрак								
	Минтай (филе) тушеный в томате с овощами (лук, морковь)	100	9,75	4,95	3,80	105,00	сб. Москва Дети плюс 2017г №229	
	Картофельное пюре	150	3,10	11,16	31,58	228,34	сб. Москва Дети плюс 2017 г. № 312	
	Горьшек консервированный	60	1,80	0,24	4,20	30,00	Промышленное производство	
	Витаминизированный напиток "Витосика"	180	0,00	0,00	19,00	80,00	Промышленное производство	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	1,62	14,11	90,40	Промышленное производство	
	Хлеб ржаной	20	4,31	1,42	5,88	53,77	Промышленное производство	
		<b>550,00</b>	<b>22,00</b>	<b>19,39</b>	<b>79,57</b>	<b>587,51</b>		
Обед								
	Суп картофельный с бобовыми	250	4,39	4,22	13,23	128,80	сб. Москва Дети плюс 2017г № 102	
	Пельмени отварные п/ф с маслом сливочным	180/5	15,06	15,45	38,25	311,00	Промышленное производство	
	Напиток из плодов шиповника	200	0,67	0,28	20,76	88,20	сб. Москва Дети плюс 2017г № 388	
	Хлеб ржаной	30	6,46	2,13	10,32	80,65	Промышленное производство	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	1,62	14,11	90,40	Промышленное производство	
		<b>705,00</b>	<b>29,62</b>	<b>23,70</b>	<b>96,67</b>	<b>699,05</b>		
Итого за завтрак:		<b>550,00</b>	<b>22,00</b>	<b>19,39</b>	<b>79,57</b>	<b>587,51</b>		
Итого за обед:		<b>705,00</b>	<b>29,62</b>	<b>23,70</b>	<b>96,67</b>	<b>699,05</b>		
		<b>1255,00</b>	<b>51,62</b>	<b>43,09</b>	<b>176,24</b>	<b>1286,56</b>		

\* Сборник для школ Москва Дети плюс -2017г.

\* Химический состав и калорийность российских продуктов питания В.А. Гутыляк Москва Дети плюс -2012

Согласовано: Директор школы



МОУ НРМО «Виксельская СОШ»  
 ДИРЕКТОР *Н.Н. Кулик* Н.Н. КУЛИКОВА  
 05 2022 НРК, Р-Н С. ВИКСЕЛЬСК  
 КОМСОМОЛЬСКАЯ (ДАЛЕЕ 13  
 ДЛЯ СВЯЗИ: 89500513032