«СОГЛАСОВАНО»
Директор МОУ Заволжская СОШ им. А.А. Смирнова Е.В. Андрюшина
«10» 01 20 22 года.

СОГЛАСОВАНО
И.о. начальника управления образования в МО Тверской области Калининский район
_____ Т.А. Годунова

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ООО «Ратибор»
_____ Р.Ю. Митряков
«___» _____ 20____ года.

Основное (организованное) меню дополнительных завтраков.

Основание:

1. **Санитарно-эпидемиологические правила и нормы СанПиН 2.3/2.4.3590-20.** Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020г. №32
2. **Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях.** Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. - М.:ДеЛи плюс, 2015 года.

Разработано: Общество с ограниченной ответственностью «Тверской комбинат школьного питания» 2020 год.
Исполнитель (автор исполнения): Заместитель Генерального директора по питанию Мовилэ А.А.

Сезон: осенне - зимний
Возрастная категория: 7-10 лет

День: понедельник
Неделя: первая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
173	**Каша гречневая молочная**	200	8.48	3.80	44.20	246.00	0.14	0.96	54.80	0.77	144.37	221.30	44.33	2.32
376	**Чай с сахаром**	200	0.07	0.02	15.00	60.00	-	0.03	-	-	11.10	2,80	1.40	0.28
	Батон нарезной	30	2.25	0.84	15.42	85.80	0.30	-	-	0.39	6.90	26.10	9.90	0.33
14	**Масло сливочное**	10	0.08	7.25	0.13	66.00	-	-	40.00	0.11	2.40	3.00	-	0.20
	Соль йодированная	1												
	ИТОГО:													

День: вторник
Неделя: первая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
210	**Омлет натуральный**	150	13.94	24.83	2.64	289.65	0.11	0.26	324.57	-	289.65	225.77	16.14	2.64
131	**Зелёный горошек отварной консервированный**	25	0.81	0.93	1.50	17.75	0.02	2.73	4.76	0.06	6.67	16.46	5.66	0.20
379	**Кофейный напиток**	200	3.17	2.68	15.95	100.60	0.04	1.30	20.00	-	125.78	90,00	14.00	0.13
	Батон отрубной	30	2.10	0.60	11.70	63.00	0.06	-	-	0.54	13.80	63.60	15.00	1.86
14	**Масло сливочное**	10	0.08	7.25	0.13	66.00	-	-	40.00	0.11	2.40	3.00	-	0.20
	Соль йодированная	1												
	ИТОГО:													

День: среда
Неделя: первая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
294	**Котлеты рубленые из птицы**	80	13.95	13.41	13.02	228.8	0.15	0.72	26.9	54.72	47.82	64.00	17.76	2.90
312	**Картофельное пюре**	150	3.06	4.80	20.44	137.25	0.14	18.16	-	0,18	36.98	86.59	27.75	1.01
377	**Чай с лимоном**	200/7	0.13	0.02	15.20	52.00	-	2.83	-	0.01	14.20	4.40	2.40	0.36
	Батон нарезной	30	2.25	0.84	15.42	85.80	0.03	-	-	0.39	6.90	26.10	9.90	0.33
	Соль йодированная	1												
ИТОГО:														

День: четверг
Неделя: первая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
174	**Каша вязкая молочная рисовая**	200	5.92	3.60	42.82	228.00	0.06	0.96	14.8	0.12	128.27	154.44	36.46	0.40
382	**Какао с молоком**	200	6.56	1.34	26.00	125.11	0.06	1.33	24.40	-	133.33	124.56	25.56	2.00
	Батон отрубной	30	2.10	0.60	11.70	63.00	0.06	-	-	0.54	13.80	63.60	15.00	1.86
	Соль йодированная	1												
ИТОГО:														

День: пятница
Неделя: первая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
224	**Запеканка из творога с морковью со сметанным соусом**	150/15	17.55/ 0.21	15.54/ 0.75	36.84/ 0.88	358.53/ 11.12	- / 0.01	3.84/ 0.01	66.3/ 10.14	3.12/ 0.07	174.6/ 4.10	240.99/ 6.82	41.40/ 0.79	0.96/ 0.03
376	**Чай с сахаром**	200	0.07	0.02	15.00	60.00	-	0.03	-	-	11.10	2,80	1.40	0.28
	Батон нарезной	30	2.25	0.84	15.42	85.80	0.03	-	-	0.39	6.90	26.10	9.90	0.33
	Соль йодированная	1												
ИТОГО:														

День: понедельник
Неделя: вторая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
173	**Каша пшённая молочная**	200	8.48	3.80	44.20	246.00	0.14	0.96	54.80	0.77	144.37	221.30	44.33	2.32
377	**Чай с лимоном**	200/7	0.13	0.02	15.20	52.00	-	2.83	-	0.01	14.20	4.40	2.40	0.36
	Батон нарезной	30	2.25	0.84	15.42	85.80	0.03	-	-	0.39	6.90	26.10	9.90	0.33
14	**Масло сливочное**	10	0.08	7.25	0.13	66,00	-	-	40.00	0.11	2.40	3.00	-	0.20
15	**Сыр (Российский и др.)**	15	3.48	4.43	-	54,00	0.01	0.11	39.00	0.08	132.00	75.00	5.25	0.15
	Соль йодированная	1												
ИТОГО:														

День: вторник
Неделя: вторая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
204	**Макароны отварные с сыром**	180	12.18	14.33	30.70	300.96	0.07	0.20	103.68	0.96	265.68	181.87	18.29	1.11
382	**Какао с молоком**	200	6.56	1.34	26.00	125.11	0.06	1.33	24.40	-	133.33	124.56	25.56	2.00
	Батон отрубной	30	2.10	0.60	11.70	63.00	0.06	-	-	0.54	13.80	63.60	15.00	1.86
	Соль йодированная	1												
ИТОГО:														

День: среда
Неделя: вторая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
173	**Каша овсяная молочная**	200	8.88	6.18	40.04	252.00	0.21	0.96	14.80	0.62	156.25	261.86	71.05	2.07
376	**Чай с сахаром**	200	0.07	0.02	15.00	60.00	-	0.03	-	-	11.10	2.80	1.40	0.28
	Батон нарезной	30	2.25	0.84	15.42	85.80	0.03	-	-	0.39	6.90	26.10	9.90	0.33
14	**Масло сливочное**	10	0.08	7.25	0.13	66.00	-	-	40.00	0.11	2.40	3.00	-	0.20
	Соль йодированная	1												
ИТОГО:														

День: четвертый

Неделя: вторая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
222	**Пудинг творожный с изюмом**	150	22.89	16.17	36.33	383.58	0.04	0.33	24.95	0.20	196.83	72.58	36.27	1.59
330	**Соус сметанный**	15	0.21	0.75	0.88	11.12	0.01	0.01	10.14	0.07	4.10	6.82	0.79	0.03
379	**Кофейный напиток**	200	3.17	2.68	15.95	100.60	0.04	1.30	20.00	-	125.78	90.00	14.00	0.13
	Батон отрубной	30	2.10	0.60	11.70	63.00	0.06	-	-	0.54	13.80	63.60	15.00	1.86
	Соль йодированная	1												
ИТОГО:														

День: пятница
Неделя: вторая

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
294	**Котлеты (биточки) рубленые из птицы**	80	13.95	13.41	13.02	228.8	0.15	0.72	26.90	54.72	47.82	64.00	17.76	2.90
302	**Каша рассыпчатая (гречневая)**	150	8.68	9.72	38.70	276.75	0.21	-	-	0.61	16.02	203.93	135.83	4.57
330	**Соус сметанный**	50	0.70	2.50	2.93	37.05	0.01	0.02	16.90	0.12	13.65	11.37	2.64	0.10
377	**Чай с лимоном**	200/7	0.13	0.02	15.20	52.00	-	2.83	-	0.01	14.20	4.40	2.40	0.36
	Батон нарезной	30	2.25	0.84	15.42	85.80	0.03	-	-	0.39	6.90	26.10	9.90	0.33
	Соль йодированная	1												
ИТОГО:														