"Утверждаю"

Директор _____

МБОУ СОШ №11 г. Кирова **четверг** **21.09.23**

Дети 7-11лет 1 смена

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийнос	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак														
Биточки рубленые из птицы 90	294	90	8,61	17,51	13,54	244,69	0,12	0,23	5,15	2,76	77,30	166,81	25,89	1,69
Макароны, запеченные с сыром 180	261	180	7,05	9,93	40,59	281,38	0,10		48,10	0,89	75,08	78,54	12,31	0,85
Компот из кураги	494	200	1,04	0,06	21,00	86,80	0,02	0,80	116,60	1,10	41,34	29,21	23,03	0,67
Батон 25	13,35	25	1,88	0,73	12,63	65,75	0,03		0,00	0,43	4,75	16,25	3,25	0,30
Хлеб ржаной 25	99	25	1,65	0,28	10,25	50,00	0,11			0,08	18,25	31,25	10,00	0,71
Итого за Завтрак		520	20,23	28,50	98,01	728,62	0,38	1,03	169,86	5,26	216,72	322,05	74,47	4,21

Дети 7-11лет 2 смена

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийнос	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед														
Щи из свежей капусты с картофелем 200	104	200	1,43	3,11	7,05	62,72	0,04	24,00	86,00	0,14	40,74	36,56	17,96	0,62
Сметана	531	10	0,25	2,00	0,34	20,60	0,00	0,05	16,00	0,04	8,60	6,00	0,80	0,02
Биточки рубленые из птицы 90	294	90	8,61	17,51	13,54	244,69	0,12	0,23	5,15	2,76	77,30	166,81	25,89	1,69
Макароны, запеченные с сыром 180	261	180	7,05	9,93	40,59	281,38	0,10		48,10	0,89	75,08	78,54	12,31	0,85
Компот из кураги	494	200	1,04	0,06	21,00	86,80	0,02	0,80	116,60	1,10	41,34	29,21	23,03	0,67
Батон 25	13,35	25	1,88	0,73	12,63	65,75	0,03		0,00	0,43	4,75	16,25	3,25	0,30
Хлеб ржаной 25	99	25	1,65	0,28	10,25	50,00	0,11			0,08	18,25	31,25	10,00	0,71
Итого за Обед		730	21,91	33,62	105,40	811,94	0,42	25,08	271,86	5,44	266,05	364,62	93,24	4,85

Для учащихся из м/о семей

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийнос	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед														
Щи из свежей капусты с картофелем 250	104	250	1,79	3,89	8,81	78,40	0,05	30,00	107,51	0,17	52,76	45,71	22,57	0,79
Сметана	531	10	0,25	2,00	0,34	20,60	0,00	0,05	16,00	0,04	8,60	6,00	0,80	0,02
Биточки рубленые из птицы 100	294	100	9,57	19,46	15,05	271,88	0,14	0,26	5,73	3,07	83,84	185,34	28,64	1,86
Макаронные изделия отварные 180	256	180	6,20	6,49	44,18	261,71	0,10		36,45	0,08	41,38	55,69	14,29	0,84
Компот из кураги	494	200	1,04	0,06	21,00	86,80	0,02	0,80	116,60	1,10	41,34	29,21	23,03	0,67
Батон 50	13,35	50	3,75	1,45	25,25	131,50	0,06		0,01	0,85	9,50	32,50	6,50	0,60
Хлеб ржаной 25	99	25	1,65	0,28	10,25	50,00	0,11			0,08	18,25	31,25	10,00	0,71
Итого за Обед		815	24,25	33,62	124,88	900,89	0,48	31,11	282,29	5,39	255,66	385,69	105,83	5,49

ОВЗ 5-11 классы

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийнос	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак														
Сыр порциями.	23	40	10,72	10,08		133,60	0,01		71,60	0,08	400,00	216,00	20,00	0,44
Каша рисовая молочная жидкая с маслом 250/10	234	260	7,22	11,32	40,71	293,16	0,09	1,48	77,45	0,30	190,65	193,50	40,96	0,61
Чай с молоком и сахаром	685	200	1,70	1,25	17,42	87,58	0,02	0,60	11,50	0,05	72,18	53,24	12,94	0,92

Батон 50	13,35	50	3,75	1,45	25,25	131,50	0,06		0,01	0,85	9,50	32,50	6,50	0,60
Итого за Завтрак		550	23,39	24,10	83,38	645,84	0,17	2,08	160,56	1,29	672,33	495,25	80,40	2,56
Обед														
Щи из свежей капусты с картофелем 250	104	250	1,79	3,89	8,81	78,40	0,05	30,00	107,51	0,17	52,76	45,71	22,57	0,79
Сметана	531	10	0,25	2,00	0,34	20,60	0,00	0,05	16,00	0,04	8,60	6,00	0,80	0,02
Биточки рубленые из птицы 100	294	100	9,57	19,46	15,05	271,88	0,14	0,26	5,73	3,07	83,84	185,34	28,64	1,86
Макаронные изделия отварные 180	256	180	6,20	6,49	44,18	261,71	0,10		36,45	0,08	41,38	55,69	14,29	0,84
Компот из кураги	494	200	1,04	0,06	21,00	86,80	0,02	0,80	116,60	1,10	41,34	29,21	23,03	0,67
Батон 50	13,35	50	3,75	1,45	25,25	131,50	0,06		0,01	0,85	9,50	32,50	6,50	0,60
Хлеб ржаной 25	99	25	1,65	0,28	10,25	50,00	0,11			0,08	18,25	31,25	10,00	0,71
Итого за Обед		815	24,25	33,62	124,88	900,89	0,48	31,11	282,29	5,39	255,66	385,69	105,83	5,49

Дети ОВЗ 1-4 класс 1 смена

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийнос	B1	C	A	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак														
Масло сливочное порционное	12,11	20	0,20	14,50	0,28	132,40	0,00		90,00	0,20	4,80	6,00	0,10	0,20
Сыр порциями	23	30	8,04	7,56		100,20	0,00		53,70	0,06	300,00	162,00	15,00	0,33
Каша рисовая молочная жидкая с маслом 200/10	234	210	5,80	10,51	32,56	247,61	0,07	1,18	70,96	0,26	152,85	155,40	32,77	0,49
Чай с молоком и сахаром	685	200	1,70	1,25	17,42	87,58	0,02	0,60	11,50	0,05	72,18	53,24	12,94	0,92
Батон 50	13,35	50	3,75	1,45	25,25	131,50	0,06		0,01	0,85	9,50	32,50	6,50	0,60
Итого за Завтрак		510	19,49	35,27	75,51	699,29	0,16	1,78	226,17	1,43	539,33	409,15	67,31	2,54
Обед														
Щи из свежей капусты с картофелем 200	104	200	1,43	3,11	7,05	62,72	0,04	24,00	86,00	0,14	40,74	36,56	17,96	0,62
Сметана	531	10	0,25	2,00	0,34	20,60	0,00	0,05	16,00	0,04	8,60	6,00	0,80	0,02
Тефтели из говядины в соусе	422	110	12,40	12,96	14,20	224,51	0,14	2,69	44,68	1,84	55,77	150,40	25,22	2,25
Картофель отварной с маслом сливочным 150	379	150	3,03	5,74	24,21	160,89	0,12	29,58	31,98	0,09	20,54	87,91	34,29	1,38
Напиток лимонный	34	200	0,48	0,02	24,14	101,44	0,01	6,40	0,32	0,03	16,33	3,53	4,02	0,26
Батон 25	13,35	25	1,88	0,73	12,63	65,75	0,03		0,00	0,43	4,75	16,25	3,25	0,30
Хлеб ржаной 25	99	25	1,65	0,28	10,25	50,00	0,11			0,08	18,25	31,25	10,00	0,71
Итого за Обед		720	21,11	24,83	92,81	685,91	0,44	62,72	178,99	2,64	164,98	331,90	95,54	5,54

ОВЗ 1-4 класс 2 смена

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийнос	B1	C	A	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед														
Щи из свежей капусты с картофелем 200	104	200	1,43	3,11	7,05	62,72	0,04	24,00	86,00	0,14	40,74	36,56	17,96	0,62
Сметана	531	10	0,25	2,00	0,34	20,60	0,00	0,05	16,00	0,04	8,60	6,00	0,80	0,02
Тефтели из говядины в соусе	422	110	12,40	12,96	14,20	224,51	0,14	2,69	44,68	1,84	55,77	150,40	25,22	2,25
Картофель отварной с маслом сливочным 150	379	150	3,03	5,74	24,21	160,89	0,12	29,58	31,98	0,09	20,54	87,91	34,29	1,38
Напиток лимонный	34	200	0,48	0,02	24,14	101,44	0,01	6,40	0,32	0,03	16,33	3,53	4,02	0,26
Хлеб ржаной 25	99	25	1,65	0,28	10,25	50,00	0,11			0,08	18,25	31,25	10,00	0,71
Батон 25	13,35	25	1,88	0,73	12,63	65,75	0,03		0,00	0,43	4,75	16,25	3,25	0,30
Итого за Обед		720	21,11	24,83	92,81	685,91	0,44	62,72	178,99	2,64	164,98	331,90	95,54	5,54
Полдник														
Масло сливочное порционное 20	12,11	20	0,20	14,50	0,28	132,40	0,00		90,00	0,20	4,80	6,00	0,10	0,20
Сыр порциями	23	30	8,04	7,56		100,20	0,00		53,70	0,06	300,00	162,00	15,00	0,33
Каша рисовая молочная жидкая с маслом 200/10	234	210	5,80	10,51	32,56	247,61	0,07	1,18	70,96	0,26	152,85	155,40	32,77	0,49
Чай с молоком и сахаром	685	200	1,70	1,25	17,42	87,58	0,02	0,60	11,50	0,05	72,18	53,24	12,94	0,92
Батон 25	13,35	25	1,88	0,73	12,63	65,75	0,03		0,00	0,43	4,75	16,25	3,25	0,30
Итого за Полдник		485	17,61	34,54	62,88	633,54	0,13	1,78	226,16	1,00	534,58	392,90	64,06	2,24

Для детей участников СВО 1 смена

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийнос	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак														
Биточки рубленые из птицы 100	294	100	9,57	19,46	15,05	271,88	0,14	0,26	5,73	3,07	83,84	185,34	28,64	1,86
Макаронные изделия отварные 180	256	180	6,20	6,49	44,18	261,71	0,10		36,45	0,08	41,38	55,69	14,29	0,84
Компот из кураги	494	200	1,04	0,06	21,00	86,80	0,02	0,80	116,60	1,10	41,34	29,21	23,03	0,67
Хлеб ржаной 25	99	25	1,65	0,28	10,25	50,00	0,11			0,08	18,25	31,25	10,00	0,71
Батон 50	13,35	50	3,75	1,45	25,25	131,50	0,06		0,01	0,85	9,50	32,50	6,50	0,60
Итого за Завтрак		555	22,21	27,73	115,73	801,89	0,42	1,06	158,78	5,18	194,30	333,98	82,46	4,68

Для детей участников СВО 2 смена

Наименование блюд	Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийнос	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед														
Щи из свежей капусты с картофелем 250	104	250	1,79	3,89	8,81	78,40	0,05	30,00	107,51	0,17	52,76	45,71	22,57	0,79
Сметана	531	10	0,25	2,00	0,34	20,60	0,00	0,05	16,00	0,04	8,60	6,00	0,80	0,02
Биточки рубленые из птицы 100	294	100	9,57	19,46	15,05	271,88	0,14	0,26	5,73	3,07	83,84	185,34	28,64	1,86
Макаронные изделия отварные 180	256	180	6,20	6,49	44,18	261,71	0,10		36,45	0,08	41,38	55,69	14,29	0,84
Компот из кураги	494	200	1,04	0,06	21,00	86,80	0,02	0,80	116,60	1,10	41,34	29,21	23,03	0,67
Батон 50	13,35	50	3,75	1,45	25,25	131,50	0,06		0,01	0,85	9,50	32,50	6,50	0,60
Хлеб ржаной 25	99	25	1,65	0,28	10,25	50,00	0,11			0,08	18,25	31,25	10,00	0,71
Итого за Обед		815	24,25	33,62	124,88	900,89	0,48	31,11	282,29	5,39	255,66	385,69	105,83	5,49