

**Ежедневное меню основного питания МБОУ ХМР НОШ п. Горноправдинск (ФГОС)  
на 14 января 2025 года**

**Возрастная категория:** 7-11лет

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
<b>ЗАВТРАК</b>															
1	Макароны отварные с сыром	250	63,65	13,2	16,2	38,4	354	0,30	6,4	0,22	0,3	77,8	68,6	11,5	1,3
2	Бутерброд с джемом	30/20	35,00	1,6	0,5	27,9	120	0,08	0,0	0,01	3,5	29	90	20	2,1
3	Какао с молоком	180	25,00	24,8	2,5	2,9	134	0,00	0,0	0,00	0,0	11	3	1	0,3
4	Хлеб пшеничный	70	5,00	5,1	0,4	34,0	160	0,11	0,0	0,00	1,1	20	65	14	1,1
<b>ИТОГО</b>			128,65												
Количество детей			128,65												
<b>ОБЕД</b>															
1	Рассольник со сметаной	250	25,00	2,5	5,2	16,2	124	0,13	1,5	0,05	10,0	36	119	18	1,6
2	Сердце в соусе	100	72,20	14,2	10,1	2,1	179	1,38	0,0	0,27	4,1	95	135	90,2	30,3
3	Картофельное пюре	200	30,00	4,1	13,6	28,0	250	0,00	0,8	0,00	0,0	10	6	3	0,6
4	Хлеб пшеничный	80	5,00	5,9	0,5	38,9	183	0,11	0,0	0,00	1,1	20	65	14	1,1
5	Хлеб ржаной	80	5,00	5,1	1,0	30,7	153	0,18	0,0	0,00	1,4	35	158	47	3,9
6	Салат из моркови	100	30,00	1,3	0,1	11,4	52	0,03	10,0	0,00	0,2	16	11	9	2,2
7	Компот из ягод	200	25,00	0,3	0,1	21,5	90,2	0,00	24,0	0,00	0,20	17,1	8,90	9,90	0,40
<b>ИТОГО</b>			192,20												
Количество детей			192,20												

Директор школы:  Л.И. Лукоянова

Бухгалтер:  В.С. Поступинский

Заведующий столовой:  Л.В. Буланцева

**Ежедневное меню основного питания МБОУ ХМР НОШ п. Горноправдинск (льготная категория)  
на 14 января 2025 года**

**Возрастная категория: 7-11лет**

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
<b>ЗАВТРАК</b>															
1	Макароны отварные с сыром	250	63,65	13,2	16,2	38,4	354	0,30	6,4	0,22	0,3	77,8	68,6	11,5	1,3
2	Бутерброд с джемом	30/20	35,00	1,6	0,5	27,9	120	0,08	0,0	0,01	3,5	29	90	20	2,1
3	Какао с молоком	180	25,00	24,8	2,5	2,9	134	0,00	0,0	0,00	0,0	11	3	1	0,3
4	Хлеб пшеничный	70	5,00	5,1	0,4	34,0	160	0,11	0,0	0,00	1,1	20	65	14	1,1
<b>ИТОГО</b>			128,65												
Количество детей			128,65												
<b>ОБЕД</b>															
1	Рассольник со сметаной	250	25,00	2,5	5,2	16,2	124	0,13	1,5	0,05	10,0	36	119	18	1,6
2	Сердце в соусе	100	72,20	14,2	10,1	2,1	179	1,38	0,0	0,27	4,1	95	135	90,2	30,3
3	Картофельное пюре	200	30,00	4,1	13,6	28,0	250	0,00	0,8	0,00	0,0	10	6	3	0,6
4	Хлеб пшеничный	80	5,00	5,9	0,5	38,9	183	0,11	0,0	0,00	1,1	20	65	14	1,1
5	Хлеб ржаной	80	5,00	5,1	1,0	30,7	153	0,18	0,0	0,00	1,4	35	158	47	3,9
6	Салат из моркови	100	30,00	1,3	0,1	11,4	52	0,03	10,0	0,00	0,2	16	11	9	2,2
7	Компот из ягод	200	25,00	0,3	0,1	21,5	90,2	0,00	24,0	0,00	0,20	17,1	8,90	9,90	0,40
<b>ИТОГО</b>			192,20												
Количество детей			192,20												

Директор школы:  Л.И. Лукоянова

Бухгалтер:  В.С. Поступинский

Заведующий столовой:  Л.В. Буланцева

**Ежедневное меню основного питания МБОУ ХМР НОШ п. Горноправдинск (диетическое питание)  
на 14 января 2025 года**

**Возрастная категория: 7-11 лет**

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
<b>ЗАВТРАК</b>															
1	Макароны отварные с сыром	250	63,65	13,2	16,2	38,4	354	0,30	6,4	0,22	0,3	77,8	68,6	11,5	1,3
2	Бутерброд с джемом	30/20	35,00	1,6	0,5	27,9	120	0,08	0,0	0,01	3,5	29	90	20	2,1
3	Чай без сахара	200	25,00	0	0	0	0	0,00	0,0	0,00	0,0	0	0	0	0,0
4	Хлеб пшеничный	70	5,00	5,1	0,4	34,0	160	0,11	0,0	0,00	1,1	20	65	14	1,1
<b>ИТОГО</b>			128,65												
Количество детей			128,65												
<b>ОБЕД</b>															
1	Рассольник со сметаной	250	25,00	2,5	5,2	16,2	124	0,13	1,5	0,05	10,0	36	119	18	1,6
2	Сердце в соусе	100	72,20	14,2	10,1	2,1	179	1,38	0,0	0,27	4,1	95	135	90,2	30,3
3	Картофельное пюре	200	30,00	4,1	13,6	28,0	250	0,00	0,8	0,00	0,0	10	6	3	0,6
4	Хлеб пшеничный	80	5,00	5,9	0,5	38,9	183	0,11	0,0	0,00	1,1	20	65	14	1,1
5	Хлеб ржаной	80	5,00	5,1	1,0	30,7	153	0,18	0,0	0,00	1,4	35	158	47	3,9
6	Салат из моркови	100	30,00	1,3	0,1	11,4	52	0,03	10,0	0,00	0,2	16	11	9	2,2
7	Чай без сахара	200	25,00	0,0	0,0	0	0	0,00	0,0	0,00	0,00	0	0	0	0,00
<b>ИТОГО</b>			192,20												
Количество детей			192,20												

Директор школы:  Л.И. Лукоянова

Бухгалтер:  В.С. Поступинский

Заведующий столовой:  Л.В. Буланцева