

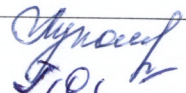
Ежедневное меню основного питания МБОУ ХМР НОШ п. Горноправдинск (ФГОС)

на 21 января 2025 года

Возрастная категория: 7-11 лет

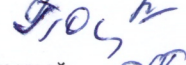
№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	цена	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
ЗАВТРАК															
1	Омлет натуральный	200	63,65	8,2	11,4	1,5	141	0,30	0,0	0,30	2,8	71	365	98	8,9
2	Вафли	100	35,00	2,8	3,3	77,3	354	0,00	0,0	0,11	0,6	16	36	10	1,5
3	Чай с лимоном	200	25,00	0,2	0,1	14,9	60,7	0,00	1,10	0,00	0,0	13	5,10	4,60	0,5
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
			ИТОГО												
			128,65												
			Количество детей	128,65											
ОБЕД															
1	Борщ со сметаной	250	25,00	2,0	5,8	12,5	112	0,36	8,2	0,20	2,30	51	50,4	25,3	1,4
2	Рыба тушеная с овощами	100	72,20	6,7	0,4	0,6	32,5	0,16	0,40	0,10	0,10	18	95,4	22,8	0,3
3	Рис отварной	200	30,00	4,9	8,38	43,6	269	0,00	0,0	0,00	0,0	0	0	0	0,2
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	Свежий помидор	100	30,00	1,1	0,2	0,3	22	0,10	25,1	0,20	0,4	14	26	20	1,0
7	Компот из ягод	200	25,00	0,3	0,1	21,5	90,2	0,02	28	0,00	0,5	24	14,1	13,9	1,2
			ИТОГО												
			192,20												
			Количество детей	192,20											

Директор:



Л.И. Лукьянова

Бухгалтер:



В.С. Поступинский

Заведующий столовой:



Д.В. Буланцева

Ежедневное меню основного питания МБОУ ХМР НОШ п. Горноправдинск (льготная категория)

на 21 января 2025 года

Возрастная категория: 7-11 лет

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	цена	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
ЗАВТРАК															
1	Омлет натуральный	200	63,65	8,2	11,4	1,5	141	0,30	0,0	0,30	2,8	71	365	98	8,9
2	Вафли	100	35,00	2,8	3,3	77,3	354	0,00	0,0	0,11	0,6	16	36	10	1,5
3	Чай с лимоном	200	25,00	0,2	0,1	14,9	60,7	0,00	1,10	0,00	0,0	13	5,10	4,60	0,5
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
			ИТОГО												
			128,65												
			Количество детей	128,65											
ОБЕД															
1	Борщ со сметаной	250	25,00	2,0	5,8	12,5	112	0,36	8,2	0,20	2,30	51	50,4	25,3	1,4
2	Рыба тушеная с овощами	100	72,20	6,7	0,4	0,6	32,5	0,16	0,40	0,10	0,10	18	95,4	22,8	0,3
3	Рис отварной	200	30,00	4,9	8,38	43,6	269	0,00	0,0	0,00	0,0	0	0	0	0,2
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	Свежий помидор	100	30,00	1,1	0,2	0,3	22	0,10	25,1	0,20	0,4	14	26	20	1,0
7	Компот из ягод	200	25,00	0,3	0,1	21,5	90,2	0,02	28	0,00	0,5	24	14,1	13,9	1,2
			ИТОГО												
			192,20												
			Количество детей	192,20											

Директор:



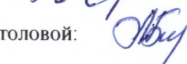
Л.И. Лукьянова

Бухгалтер:



В.С. Поступинский

Заведующий столовой:



Л.В. Буланцева

Ежедневное меню основного питания МБОУ ХМР НОШ п. Горноправдинск (диетическое питание)

на 21 января 2025 года

Возрастная категория: 7-11 лет

№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	цена	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	ЗАВТРАК														
1	Омлет натуральный	200	63,65	8,2	11,4	1,5	141	0,30	0,0	0,30	2,8	71	365	98	8,9
2	Вафли	100	35,00	2,8	3,3	77,3	354	0,00	0,0	0,11	0,6	16	36	10	1,5
3	Чай без сахара	200	25,00	0,0	0,0	0	0	0,00	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
	ИТОГО		128,65												
	Количество детей		128,65												
	ОБЕД														
1	Борщ со сметаной	250	25,00	2,0	5,8	12,5	112	0,36	8,2	0,20	2,30	51	50,4	25,3	1,4
2	Рыба тушеная с овощами	100	72,20	6,7	0,4	0,6	32,5	0,16	0,40	0,10	0,10	18	95,4	22,8	0,3
3	Рис отварной	200	30,00	4,9	8,38	43,6	269	0,00	0,0	0,00	0,0	0	0	0	0,2
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	Свежий помидор	100	30,00	1,1	0,2	0,3	22	0,10	25,1	0,20	0,4	14	26	20	1,0
7	Чай без сахара	200	25,00	0,0	0,0	0	0	0,00	0	0,00	0,0	0	0	0	0
	ИТОГО		192,20												
	Количество детей		192,20												

Директор:

Л.И. Лукьянова

Бухгалтер:

В.С. Поступинский

Заведующий столовой:

Л.В. Буланцева