МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2 ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА А.А.АРТЮХА МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ СТАРОМИНСКИЙ РАЙОН

Подписан: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2 ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА А.А.АРТЮХА МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ СТАРОМИНСКИЙ РАЙОН
DN: ИНН=002350004213, СНИЛС=00600792606, ОГРН=1022304683939, STREET="ул.Пушкина, 135", E=school2@star.kubannet.ru, C=RU, S=Краснодарский край, L=ст.Старминская, O=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2 ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА А.А.АРТЮХА МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ СТАРОМИНСКИЙ РАЙОН, OU=Руководство, G=Игорь Николаевич, SN=Дашко, T=Директор, CN=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2 ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА А.А.АРТЮХА МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ СТАРОМИНСКИЙ РАЙОН
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место подписания
Дата: 2021-09-08 18:48:57
Foxit Reader Версия: 9.7.2

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ № 2
им. Героя Советского Союза А.А. Артюха
31.08.2021 г.

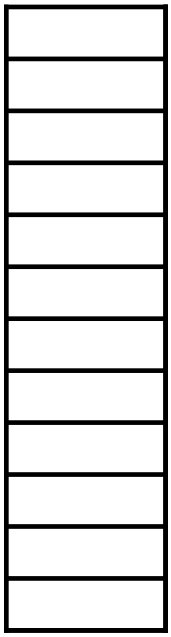
Меню завтраков для обучающихся 5-11 классов (сезон лето-осень)

	Пищевая ценность ЗАВТРАК												
			Пищевые вещества, г			**Энергетическая ценность, кКал**	**Витамины, мг**						
	День 1 (понедельник)		**Б**	**Ж**	**У**		**В1**	**В2**	**С**	**А**	**Е**	**Кальций (мг)**	**Фосфор (мг)**
3	Бутерброд с сыром "Голландский" и маслом сливочным	25/19/6	7.79	10.51	24.69	224.47	0.07	0.59	0.14	0.78	0.27	171.50	98.75
	Каша жидкая молочная (рисовая)	230.00	6.85	6.59	29.33	204.00	0.09	0.02	0.19	0.03	0.00	21.63	22.88
382	Какао с молоком	200.00	4.07	3.50	17.50	117.78	0.05	0.18	1.57	0.24	0.00	152.20	124.50
	Хлеб пшеничный	35.00	2.36	0.30	17.55	82.34	0.04	0.01	0.00	0.00	0.39	7.00	22.75
368	Фрукты свежие	130.00	0.54	0.54	13.80	62.22	0.04	0.01	5.40	0.00	0.35	27.00	19.80
	Итого	**595.00**	**21.61**	**21.44**	**102.87**	**690.81**	**0.29**	**0.81**	**7.30**	**1.04**	**1.00**	**379.33**	**288.68**
	День 2 (вторник)												
	Овощи свежие (огурцы)	80.00	0.56	0.08	1.51	20.54	0.02	0.02	3.90	0.00	0.08	13.52	23.86
259	Жаркое по-домашнему	200.00	19.40	17.92	29.54	357.05	0.16	0.22	9.25	0.00	11.50	41.70	246.80
	Фруктовый чай	200.00	0.60	0.40	10.40	47.60	0.02	0.04	3.40	0.00	0.40	21.20	22.60
	Хлеб пшеничный	40.00	2.70	0.34	20.06	94.14	0.02	0.01	0.00	0.00	0.42	8.00	26.00
	Хлеб ржаной	40.00	2.66	0.48	16.73	81.88	0.21	0.14	0.28	0.00	0.21	51.10	87.50
	Кисломолочный продукт	150	7.50	4.80	5.10	94.20	0.02	0.22	0.05	0.00	0.30	186.00	138.00
	Итого	**710.00**	**33.42**	**24.02**	**83.34**	**695.40**	**0.46**	**0.64**	**16.87**	**0.00**	**12.90**	**321.52**	**544.76**
	День 3 (среда)												
	Салат из овощей (помидоров и огурцов)	100.00	1.30	0.23	4.54	25.43	0.08	0.04	20.94	0.00	0.83	16.75	31.12
296	Котлеты рубленные из кур, запеченные с соусом молочным	100.00	12.60	16.80	13.00	253.60	0.09	0.18	0.68	1.08	3.07	104.30	104.70
302	Каша вязкая (ячневая)	160.00	8.56	4.40	41.20	238.64	0.26	0.09	0.00	0.32	0.40	21.66	170.75
379	Кофейный напиток на молоке	200.00	2.90	2.50	14.70	92.90	0.02	0.13	0.60	0.10	0.10	120.30	90.00
	Хлеб пшеничный	35.00	2.36	0.30	17.55	82.34	0.04	0.01	0.00	0.00	0.39	7.00	22.75
	Хлеб ржаной	35.00	2.33	0.42	14.64	71.65	0.18	0.12	0.25	0.00	0.18	44.71	76.56
	Итого	**630.00**	**30.05**	**24.65**	**105.63**	**764.56**	**0.67**	**0.57**	**22.47**	**1.50**	**4.97**	**314.72**	**495.88**
	День 4 (четверг)												
	Салат из овощей (белокачанной капусты)	100.00	1.30	0.20	4.50	25.00	0.02	0.02	3.90	0.00	0.08	13.52	23.86
Л 386/597	Рыба запеченная под томатным соусом	130.00	9.14	10.27	12.65	179.55	0.66	0.09	3.34	0.48	0.00	81.69	107.29
312	Картофельное пюре	180.00	4.15	6.51	27.66	185.83	0.19	0.15	24.54	0.00	0.24	50.04	117.29
377	Чай с лимоном	200.00	0.13	0.02	10.25	41.70	0.00	0.00	2.83	0.00	0.05	14.05	4.40
	Хлеб пшеничный	25.00	1.68	0.22	12.54	58.80	0.15	0.00	0.00	0.00	0.26	5.00	16.25
	Хлеб ржаной	40.00	2.66	0.48	16.73	81.88	0.21	0.14	0.28	0.00	0.21	51.10	87.50
*	Кондитерское изделие	80.00	4.96	6.88	38.08	234.08	0.09	0.08	2.72	0.99	0.96	42.72	64.64
	Итого	**755.00**	**24.01**	**24.58**	**122.40**	**806.84**	**1.32**	**0.48**	**37.61**	**1.47**	**1.80**	**258.11**	**421.23**
	День 5 (пятница)												
	Овощи свежие (помидоры)	80.00	0.56	0.08	1.51	9.01	0.02	0.02	3.90	0.00	0.08	13.52	23.86
212	Каша вязкая	150	8.85	5.15	49.80	280.95	0.07	0.04	0.00	6.70	0.22	9.80	50.30
	Гуляш	80	21.03	40.55	3.64	463.63	0.20	0.63	0.28	384.05	0.40	127.25	326.99
	Фруктовый чай	200.00	0.60	0.40	10.40	47.60	0.02	0.04	3.40	0.00	0.40	21.20	22.60
	Хлеб пшеничный	45.00	3.04	0.39	22.57	105.90	0.03	0.01	0.00	0.00	0.47	9.00	29.25
	Хлеб ржаной	35.00	2.33	0.42	14.64	71.65	0.18	0.12	0.25	0.00	0.18	44.71	76.56
368	Фрукты свежие	130.00	0.54	0.54	13.80	62.22	0.04	0.01	5.40	0.00	0.35	27.00	19.80
	Итого	**720.00**	**36.94**	**47.53**	**116.36**	**1040.96**	**0.57**	**0.86**	**13.22**	**390.75**	**2.10**	**252.48**	**549.37**
	День 6 (понедельник)												
	Овощи свежие (огурцы)	80.00	0.56	0.08	1.51	9.00	0.02	0.02	3.90	0.00	0.08	13.52	23.86
269	Котлеты (биточки) особые	90.00	9.19	12.08	9.30	228.32	0.11	0.11	0.16	0.13	0.54	26.46	112.62
Л 224	Рагу из овощей	200.00	3.35	6.25	16.38	270.38	0.10	0.10	23.83	0.87	0.00	70.75	85.70
	Чай с сахаром	200.00	0.06	0.02	10.40	35.50	0.00	0.00	0.03	0.00	0.00	11.10	2.80
	Хлеб ржаной	35.00	2.33	0.42	14.64	71.65	0.18	0.12	0.25	0.00	0.18	44.71	76.56
	Хлеб пшеничный	25.00	1.68	0.22	12.54	58.80	0.15	0.00	0.00	0.00	0.26	5.00	16.25

	Итого	**630.00**	**17.17**	**19.06**	**64.76**	**673.65**	**0.57**	**0.35**	**28.16**	**1.00**	**1.06**	**171.54**	**317.79**
	День 7 (вторник)												
	Овощи свежие (помидоры)	80.00	0.56	0.08	1.51	9.01	0.02	0.02	3.90	0.00	0.08	13.52	23.86
	Плов из мяса птицы	210.00	12.25	8.48	9.28	162.47	0.05	0.07	3.61	0.28	4.98	70.08	185.44
*	Напиток из сухофруктов	200.00	1.04	0.60	10.20	50.36	0.20	0.40	8.00	0.00	11.00	32.00	29.00
	Хлеб пшеничный	45.00	3.04	0.39	22.57	105.90	0.03	0.01	0.00	0.00	0.47	9.00	29.25
	Хлеб ржаной	35.00	2.33	0.42	14.64	71.65	0.18	0.12	0.25	0.00	0.18	44.71	76.56
	Итого	**570.00**	**19.22**	**9.97**	**58.20**	**399.39**	**0.48**	**0.62**	**15.75**	**0.28**	**16.71**	**169.31**	**344.11**
	День 8 (среда)												
	Салат из овощей (белокачанной капусты с морковью)	100.00	0.69	0.09	1.89	11.13	0.03	0.02	4.88	0.00	0.10	16.95	29.92
278	Тефтели мясные с томатным соусом	110.00	4.27	4.77	5.59	82.37	0.02	0.03	0.39	0.18	0.00	15.20	48.20
302	Каша вязкая (гречневая)	160.00	8.32	3.84	41.60	234.24	0.19	0.10	0.00	0.37	0.47	25.12	197.96
342	Фруктовый чай	200.00	0.60	0.40	10.40	47.60	0.02	0.04	3.40	0.00	0.40	21.20	22.60
	Хлеб ржаной	35.00	2.33	0.42	14.64	71.65	0.18	0.12	0.25	0.00	0.18	44.71	76.56
	Хлеб пшеничный	40.00	2.70	0.34	20.06	94.14	0.02	0.01	0.00	0.00	0.42	8.00	26.00
	Кондитерское изделие безкремовое (печенье сахарное)	38.00	2.85	6.84	25.46	174.80	0.05	0.06	0.00	0.30	0.00	11.00	40.84
	Итого	**683.00**	**21.76**	**16.70**	**119.64**	**715.92**	**0.52**	**0.38**	**8.92**	**0.85**	**1.57**	**142.18**	**442.08**
	День 9 (четверг)												
222	Пудинг из творога (запечённый)	200.00	20.60	17.40	41.85	406.40	0.11	0.32	0.52	1.04	0.00	213.40	280.10
327	Молоко сгущенное	25.00	1.87	0.01	14.23	64.45	0.01	0.04	0.25	0.00	0.00	79.44	57.39
397	Какао с молоком	200.00	4.07	3.50	17.50	117.78	0.05	0.18	1.57	0.24	0.00	152.20	124.50
	Хлеб пшеничный	50.00	3.38	0.44	25.08	117.80	0.06	0.02	0.00	0.00	0.56	10.00	32.50
368	Фрукты свежие	120.00	1.08	0.12	11.40	51.00	0.04	0.01	5.00	0.00	0.33	25.00	18.30
	Итого	**595.00**	**31.00**	**21.47**	**110.06**	**757.43**	**0.27**	**0.57**	**7.34**	**1.28**	**0.89**	**480.04**	**512.79**
	День 10 (пятница)												
	Овощи свежие (огурцы)	80.00	0.56	0.08	1.51	9.00	0.02	0.02	3.90	0.00	0.08	13.52	23.86
297	Птица запеченная с томатами	110.0	25.0	20.7	0.1	286.6	0.1	0.2	2.7	1.2	0.4	53.0	56.5
203	Макаронные изделия отварные с маслом	150.00	5.64	6.82	31.90	211.52	0.05	0.01	0.00	0.00	0.78	11.18	37.09
379	Кофейный напиток на молоке	200.00	2.90	2.50	14.70	92.90	0.02	0.13	0.60	0.10	0.10	120.30	90.00
	Хлеб ржаной	35.00	2.33	0.42	14.64	71.65	0.18	0.12	0.25	0.00	0.18	44.71	76.56
	Хлеб пшеничный	45.00	3.04	0.39	22.57	105.90	0.03	0.01	0.00	0.00	0.47	9.00	29.25
	Кисломолочный напиток	150	7.50	4.80	5.10	94.20	0.02	0.22	0.05	0.00	0.30	186.00	138.00
	Итого	**770.00**	**46.94**	**35.71**	**90.50**	**871.74**	**0.41**	**0.67**	**7.48**	**1.26**	**2.30**	**437.73**	**451.25**

		Пищевые вещества, г			**Энергетическая ценность, кКал**	**Витамины, мг**					**Минеральные в**	
		Б	**Ж**	**У**		**В1**	**В2**	**С**	**А**	**Е**	**Кальций (мг)**	**Фосфор (мг)**
	Итого за день по СанПиН	90.00	92.00	383.00	2713.00	1.40	1.60	70.00	0.90	12.00	1200.00	1800.00
	завтрак 25 %	**22.50**	**23.00**	**95.75**	**678.25**	**0.35**	**0.40**	**17.50**	**0.23**	**3.00**	**300.00**	**450.00**
	Фактически завтрак (СРЕДНЕЕ)	**28.21**	**24.51**	**97.38**	**741.67**	**0.56**	**0.59**	**16.51**	**39.94**	**4.53**	**292.70**	**436.79**

Дацко И.Н.

Минеральные вещества, мг			
Магний (мг)	**Железо (мг)**	**Цинк (мг)**	**Йод (мг)**
13.63	0.75	1.65	0.00
5.10	0.07	1.10	0.00
21.34	0.47	0.50	0.00
4.90	0.39	0.26	0.00
15.34	0.54	0.52	0.00
60.30	**2.22**	**4.03**	**0.00**
11.14	0.40	0.13	0.00
58.16	5.28	3.86	0.00
14.60	3.20	0.12	0.00
5.60	0.40	0.30	0.00
28.00	1.96	0.48	0.01
21.00	0.15	0.60	0.00
138.50	**11.39**	**5.48**	**0.01**
23.94	1.07	0.17	0.00
22.10	38.50	2.70	0.14
113.98	3.86	0.88	0.00
14.00	0.13	0.40	0.00
4.90	0.39	0.26	0.00
24.50	1.72	0.42	0.01
203.42	**45.66**	**4.83**	**0.15**
11.14	0.40	0.13	0.00
23.58	0.61	0.80	0.12
37.63	1.37	0.77	0.00
2.40	0.38	0.02	0.00
3.50	0.26	0.19	0.00
28.00	1.96	0.48	0.01
11.68	0.27	0.40	0.00
117.93	**5.25**	**2.79**	**0.13**
11.14	0.40	0.13	0.00
50.80	4.67	0.52	0.01
26.73	3.71	0.60	0.00
14.60	3.20	0.12	0.00
6.30	0.45	0.34	0.00
24.50	1.72	0.42	0.01
15.34	0.54	0.52	0.00
149.41	**14.69**	**2.65**	**0.02**
11.14	0.40	0.13	0.00
21.02	1.53	2.98	0.00
30.88	1.14	#REF!	#REF!
1.40	12.06	0.54	0.00
24.50	1.72	0.02	0.00
3.50	0.26	0.42	0.01

		0.19	0.00
92.43	**17.10**	**#REF!**	**#REF!**
11.14	0.40	0.13	0.00
27.44	2.36	0.95	0.00
21.00	6.40	0.78	0.01
6.30	0.45	0.34	0.00
24.50	1.72	0.42	0.01
90.38	**11.33**	**2.61**	**0.02**
13.96	0.49	0.17	0.00
9.99	0.47	0.96	0.00
132.16	4.48	1.17	0.00
14.60	3.20	0.12	0.00
24.50	1.72	0.42	0.01
5.60	0.40	0.30	0.00
8.36	0.68	0.00	0.00
209.17	**11.44**	**3.14**	**0.01**
37.27	1.47	0.73	0.00
8.52	0.05	0.25	0.00
21.34	0.47	0.50	0.00
7.00	0.56	0.38	0.00
14.16	0.50	0.48	0.00
88.29	**3.05**	**2.34**	**0.00**
11.14	0.40	0.13	0.00
193.6	24.9	2.2	0.0
8.62	0.84	0.00	0.00
14.00	0.13	0.40	0.00
24.50	1.72	0.42	0.01
6.30	0.45	0.34	0.00
21.00	0.15	0.60	0.00
279.13	**28.60**	**4.10**	**0.01**
ещества, мг			
Магний (мг)	**Железо (мг)**	**Цинк (мг)**	**Йод (мг)**
300.00	17.00	14.00	0.12
75.00	**4.25**	**3.50**	**0.03**
142.89	**15.07**	**#REF!**	**#REF!**