

Согласовано:
Директор: МАОУ СОШ №41
Полуловских М.Г.

Утверждено
Директор ООО "Амнеит"
В.В. Романов
ИХСА

1-4 классов на 2025-2026 учебный год

№ сб/р год	Наименование блюда	Пищевые вещества				Энерг. Ценн. Ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг		
		Выход, г	Белки, г	Жир, г	Углевод, г		В1	С	А	Е	Ca	P	Мg		
1-ая неделя															
1-ый день, понедельник															
Завтрак															
Обед															
134/2004	Суп крестьянский: крупой с филе кур	200/10	3,1	3	38,1	192	0,01	0,8	0,3		34,5	8,9	0,2		
тгк№212	Гуляш из свинины с отрубями	100	12,1	9,5	13,4	161	0,09	1,2	0,8	0	154	156	55		
510/2004	Каша гречневая вязкая	150	5,4	8,2	26,8	205,2	0,36	1,9	0,3	1,5	190,5	34,5	26,7		
тгк№82	Напиток "Витопка"	200	1,19	0,15	126	64		12,0			18,4	50	12,2		
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38		
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	63	0,27				0,06	23,4	7,38		
	расчет	710	25,19	21,3	225,8	746,5	1	15,9	1,9	2,1	397,5	275,9	108,9		
2-ой день, вторник															
Завтрак															
Обед															
5/2 2011	Рассольник "Домашний" со сметаной с мясом	200/10	2,2	5,4	13,7	172	0,01	0,8	0,3		34,5	8,9	0,2		
тгк№208	Плов "Золотинка" с индейкой (с бульоном) с овощами	200/30	41	17,3	41,7	347	0,01	3,1	0	0,28	3,4	90,4	22,8		
54-б-н-2020	Компот с сухофруктов	200	0,5		27	110,2		12,0			18,4	50	12,2		
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	50	3,8	0,6	25	123	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38		
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38		
	расчет	715	49,4	23,6	119,9	813,5	0,56	15,9	1,3	1,48	56,4	155,5	50,0		
3-ий день, среда															

Обед																
139/2004	Суп картофельный с бобовыми с трениками с мясом	210	6,25	5,6	22,25	173	0,05	0,2	0,1		145	298,7	0,4			
168/2003	Котлета-Домашняя (свинина, мясо птицы) с соусом	120	13,2	15,2	8,6	287	0,09	6,7	0,2	0,18	163	168,8	25,2			
541/2004	Рагу из овощей	180	1,3	6,2	39	255		2,4		0,15	43,87	107,0	9,7			
ттк699/2004	Компот из ягод	200	0,4	0,1	31,6	128	0,9	6	0,4	0,2	8,0	3,54	4,2			
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38			
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,27				0,06	23,4	7,38			
расчет		715	24,55	27,59	122,95	948,3	1,58	15,3	1,2	1,13	360,0	604,5	54,3			
4-ый день, четверг																
Обед																
135/2004	Суп из овощей со сметаной с мясом	210	2,9	12,5	45,4	221,1	0,01	0,8	0,3		34,5	8,9	0,2			
ттк№212	Гуляш из свинины с отрубями	100	12,1	9,5	13,4	161	0,09	1,2	0,8	0	154	156	55			
510/2004	Каша гречневая вязкая	150	5,4	8,1	26,8	205,2	0,36	1,9	0,3	1,5	190,5	34,5	26,7			
705/2004	Напиток из шиповника	200	1,04	0,1	31,61	131		12			18,4	50	12,2			
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	50	3,8	0,6	25	122	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38			
расчет		710	25,24	30,8	142,2	840,3	0,73	15,9	1,9	2,1	397,5	252,5	101,5			
5-ый день, пятница																
Обед																
110/2004	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	2,25	5,25	16,25	178	0,01	0,8	0,3		34,5	8,9	0,2			
ттк№	Шницель мясной (свинина)	100	19,2	12,1	3,7	188	0,08	2,3	0,4	0,6	204	418	34			
416/1994	Фарфалле(макароны бантики отварные)	150	6,3	9,5	26,5	264,6		2,4		0,15	43,87	107,0	9,7			
340/2004	Кашиот из яблоч	200	1	0	27,6	110	0,9	6	0,4	0,2	8,0	3,54	4,2			
631/2004	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38			
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,27				0,06	23,4	7,38			
расчет		700	32,15	27,3	95,6	845,9	1,53	11,5	1,6	1,55	290,5	563,9	62,9			
2-ая неделя																
Обед																
168/2004	Суп-пюре из разных овощей с трениками со сметаной	200	3,6	5,8	23	179	0,9		0,6	6	216,7	19,8				

	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,27				0,06	23,4	7,38
	расчет	675	24,1	10,09	96,41	909,6	1,22	5,5	0,9	2,7	150,9	79,4	28,8
5-ый день, пятница													
Обед													
ткс№ 181/1994	Уха "Рыбцкая"	210	7	2,5	10,4	172	0,01	0,8	0,3		34,5	8,9	0,2
ткс№ 282/2003	Индейка по-лобленски	250	16,2	22,3	2,8	278	0,09	1,2	0,8	0	154	156	55
332/2004	Фузили отварные (макаронь отварные спиралька)	150	5,4	8,1	26,8	205,2	0,01		0,7	6	43,8	9	0,01
54-5хп- 2020	Компот из кураги	200	1,8	0,1	23,5	102,2		12,0			18,4	50	12,2
	Хлеб "крестьянский", обогащенный витаминами	25	1,9	0,3	12,5	61,3	0,27		0,5	0,6	0,06	3,08	7,38
	Хлеб "чусовской", обогащенный йодом	25	1,5	0,19	9	44	0,27				0,06	23,4	7,38
	расчет	860	33,8	33,49	85	862,7	0,65	14	2,3	6,6	250,8	250,38	82,17
	Норма в день		38,5	39,5	167,5	1175,0	0,5	30,0	0,3	4	516,0	876,0	114,0
ИТОГО за 2 недели (среднее)			45,6	46,7	178,9	1432,6	1,2	42,0	0,2	4,5	532,0	895,0	115,6