

Согласовано :
 Директор МБОУ СОШ №1

г. Гурьевск
 Суворова Е.Ю.

2024-2025 уч.г.

Сезон осенне-зимний 7-11 лет



Меню для учащихся с пищевой аллергией.

МЕНЮ 1 неделя (понедельник 1)

| № рец. | Наименование блюда | Выход, г | ЭЦ, ккал | Белки, г | Жиры, г | Уг., г | Минеральные элементы (мг) | | | | | | Витамины (мг) | | | | | |
|--------|---|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------------------|---------------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|--|--|--|--|
| | | | | | | | Ca | Mg | P | Fe | A | B | B1 | C | | | | |
| | ЗАВТРАК 1 смена | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 71 | Помидор свежий | 60 | | 0,49 | 0 | 3 | 9,49 | 8,68 | 17,62 | 1,62 | 0 | 217,8 | 0,05 | 8,91 | | | | |
| 288 | Курица запеченная /отварная с соусом | 90 | 145 | 12 | 12 | 0,2 | 5,1 | 0,1 | 10,54 | 1,42 | 0 | 6,8 | 0,13 | 9,49 | | | | |
| 309 | Макаронны без глютена с маслом | 150 | 230 | 13,155 | 14,025 | 186,89 | 52,48 | 161,8 | 228,3 | 5,16 | 29,5 | 0,94 | 6,36 | 0,8 | | | | |
| 342 | Компот из заморожен.ягод | 200 | 144,77 | 0,16 | 0 | 6 | 71,69 | 47,41 | 57,94 | 1,18 | 0,24 | 162,4 | 0,04 | 12,18 | | | | |
| Пр | Хлеб ржаной/слайсы без глютена | 20 | 41,72 | 0,8 | 0,21 | 6,08 | 6,16 | 8,18 | 27,49 | 0,68 | 0 | 0,8 | 0,03 | 0 | | | | |
| | Итого за прием | 520,00 | 567,49 | 26,605 | 26,235 | 202,17 | 144,92 | 226,17 | 341,89 | 10,06 | 29,74 | 388,74 | 6,61 | 31,38 | | | | |
| 71 | Помидор/ огурец свежий | 60 | 12,6 | 0,49 | 0 | 3 | 9,49 | 8,68 | 17,62 | 1,62 | 0 | 217,8 | 0,05 | 8,91 | | | | |
| 99 | Суп картофельный с зел. Гор. на кур. Бул. | 200 | 110 | 4,41 | 10 | 8 | 30,46 | 28,24 | 69,74 | 2,02 | 0 | 890,9 | 0,18 | 12,32 | | | | |
| 288 | Курица запеченная в собственном соку | 90 | 145 | 12 | 12 | 0,2 | 5,1 | 0,1 | 10,54 | 1,42 | 0 | 6,8 | 0,13 | 9,49 | | | | |
| 309 | Макаронны без глютена | 150 | 245 | 13,155 | 14,025 | 186,89 | 52,48 | 161,8 | 228,3 | 5,16 | 29,5 | 0,94 | 6,36 | 0,8 | | | | |
| 342 | Компот из заморожен.ягод | 200 | 144,77 | 0,16 | 0 | 2 | 71,69 | 47,41 | 57,94 | 1,18 | 0,24 | 162,4 | 0,04 | 12,18 | | | | |
| 338 | Фрукт | 100 | 42 | 0,3 | 0 | 21 | 9 | 0 | 0,6 | 0,6 | 0 | 0,8 | 0,03 | 2,1 | | | | |
| Пр | Хлеб ржаной/ слайсы без глютена | 20 | 41,72 | 1,24 | 0,21 | 6,08 | 6,16 | 8,18 | 27,49 | 0,68 | 0 | 0,8 | 0,03 | 0 | | | | |
| | Итого за прием | 820,00 | 741,09 | 31,755 | 36,235 | 227,17 | 184,38 | 254,41 | 411,63 | 12,68 | 29,74 | 1279,6 | 6,79 | 45,8 | | | | |

Утверждаю :
 Директор МАУ "Школьное питание"
 Персиянов А.С.



2024-2025 уч.

И.И.И.