

УТВЕРЖДЕНО Генеральный директор ОАО «Обшкпит» _____ Черкезова С.А. «__» _____ 2023	Согласовано: Председатель общешкольного родительского комитета ГБОУ СОШ №3 города Похвистнево _____ Маликова Р.Р. «__» _____ 2023	Согласовано: Директор ГБОУ СОШ №3 города Похвистнево _____ Козлова Л.А. «__» _____ 2023
---	--	---

**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ
МЕНЮ**

**для школьных столовых
на 2023-2024 учебный год**

детей, один из родителей, которых принимает участие в специальной военной операции

2023 год

4 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг	
Завтрак																						
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	7,42	0,3	0,0	1,0	5,6	4,0	0,0	0,0	0,0	0,0	9,2	16,8	5,6	0,4	56,3	1,2	0,0	0,0	
2011	231	ПОДЖАРКА ИЗ РЫБЫ	85	43,40	12,8	7,1	6,6	142,1	2,1	0,1	0,1	0,0	0,0	47,7	190,1	43,7	1,0	393,5	115,0	0,0	0,5	
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	200	18,28	4,9	8,0	51,8	298,6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	37,8	101,5	37,1	0,8	75,0	1,0	0,0	0,0	
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	6,76	0,0	0,0	19,4	77,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	8,5	0,0	1,8	0,0	1,2	0,0	0,0	0,0	
		Хлеб Пшеничный 40	40	3,00	3,1	0,2	20,1	94,7	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0	9,2	33,6	13,2	0,8	51,6	0,0	0,0	0,0	
Итого за прием пищи:				78,86	21,1	15,4	98,8	618,4	6,1	0,2	0,1	0,1	0,1	112,4	341,9	101,4	3,0	577,6	117,2	0,0	0,5	
Всего за день:				78,86	21,1	15,4	98,8	618,4	6,1	0,2	0,1	0,1	0,1	112,4	341,9	101,4	3,0	577,6	117,2	0,0	0,5	
Сбалансированность:					1	0,7	4,7															

