

СОГЛАСОВАНО:

Директор
МОУ «СОИИ №4»



С.А. Стрюк

2023г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор
ООО «Торгово-производственное



управление»
Л.К.Ошева

2023г.

**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ на 2023 год
для учащихся 1-4 классов
(для детей от 7 до 11 лет)
в соответствии с требованиями
СанПин 2.3/2.4.3590-20**

248	Хлеб пшеничный	15,6	76	1,2	0,15	7,7	3,15	2,20	0,17	0,00	0,01	0,0040	10,15	0,00
255	Мандарины свежие	100	53	0,8	0,31	11,5								
Итого за день: 7 - 11 лет		598	19	24	71	32	25	1	0	0	0	0	76	18
14-ый день														
4/2	Биточек "Новинка" с маслом сливочным	60/5	178,8	8,13	12,00	9,34								
159/2	Рис отварной	100	152	2,5	4,10	25,73								
213/1	Чай с апельсином	200	61	0,29	0,014	15,12	8,20	5,30	0,90	0,002	0,04	0,01	9,90	7,70
229/2	Булочка ванильная	50	171,5	3,95	4,25	29,05	9,90	16,65	0,81	0,010	0,06	0,04	44,65	0,00
248	Хлеб пшеничный	15,6	76	1,2	0,15	7,7	3,15	2,20	0,17	0,00	0,01	0,0040	10,15	0,00
Итого за день: 7 - 11 лет		639	16	21	87	21	24	2	0	0	0	0	65	8

Дни	Возраст	Ккал	Б	Ж	У	Ca	Mg	Fe	A	B1	B2	P	C
1-ый день	7-11	472	11	13	54	147	7	1	0	0	0	18	1
2-ый день	7-11	721	19	22	154	125	32	2	0	0	0	107	0
3-ый день	7-11	598	20	13	36	8	7	1	0	0	0	18	0
4-ый день	7-11	442	18	13	53	32	25	1	0	0	0	76	58
5-ый день	7-11	606	16	15	94	11	8	1	0	0	0	20	3
6-ый день	7-11	808	73	64	337	177	71	5	0	0	0	222	61
7-ый день	7-11	593	15	32	53	17	22	2	0	0	0	58	0
8-ый день	7-11	458	9	32	42	32	25	1	0	0	0	76	58
9-ый день	7-11	675	27	25	76	51	40	3	2	0	0	193	3
10-ый день	7-11	698	20	17	107	3	2	0	0	0	0	10	0
11-ый день	7-11	670	19	20	82	327	75	4	0	0	0	398	2
12-ый день	7-11	829	19	26	121	138	38	2	0	0	0	130	0
13-ый день	7-11	598	19	24	71	32	25	1	0	0	0	76	18
14-ый день	7-11	639	16	21	87	21	24	2	0	0	0	65	8
Всего	7 - 11 лет	8806	300	336	1367	1120	399	26	3	2	1	1469	211
Среднее	7 - 11 лет	629	21	24	98	80	29	2	0	0	0	105	15