

Утверждаю:

Директор школы

Пупасова И.А.

№ приказа 1 о/д

«09» 01 2025г.

Примерное десятидневное меню
блюд в столовой МБОУ «Катайгинская СОШ»
дети с ОВЗ с 12 лет и старше

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "КАТАЙГИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА" ВЕРХНЕКЕТСКОГО РАЙОНА ТОМСКОЙ ОБЛАСТИ**, Пупасова Ирина
Александровна, ДИРЕКТОР

13.01.25 12:12
(MSK)

Сертификат 00E91354C1C4C0A86422B839D94CE3FF1C

Приложение 2 к СанПиН 2.4.5.3648-20

День: понедельник

Неделя: первая

Сезон: осеннее-зимний

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ р е ц	Прием пищи, наименовани е блюда	Масс а порц ии	Пищевые вещества (г)			Энер гетич ценн ость (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<u>завтрак</u>														
1	Суп молочный с макаронным и изделиями №165	250	7	7	23,7	183	0,1	1,2	0,0 5	0,3	206	171	26,2	0,4 5
7	Чай с сахаром №493	200	0,1	0,0	15,0	60	0,0	0,0	0,0	0,0 0	11	3	1	0,3
3	Бутерброд с сыром №90	45	1,6	16,7	10,0	153	0,03	0,1	0,0 8	0,4	185	132	13	0,4
<u>обед</u>														
1	Рассольник ленинградск ий № 134	250	2,05	5,25	16,2	121, 2	0,09	7,7	0,0 0	2,3 5	15,5	63	26,2 5	0,9 2
2	Котлеты, биточки, шницели куриные припущенн ые №412	100	15	10,7	9,3	188, 5	0,1	0,8 5	0,0 4	0,4	37	94	18	1,1
4	Соус томатный № 453	30	0,27	0,93	1,73	16,4	0,00 3	0,3 9	0,0 07	0,0 5	1,12	3,85	1,87	0,0 9
5	Каша гречневая рассыпчатая № 237	180	10,2	9,4	44,4	303, 6	0,24	0,0	0,0 4	0,7 3	17,1	243, 1	162, 1	4
6	Хлеб №108	30	2,28	0,24	14,7 6	78,3	0,03 3	0,0	0,0 0	0,3 3	6	19,5	4,2	0,3 3
7	Чай с сахаром №493	200	0,1	0,0	15,0	60	0,0	0,0	0,0	0,0 0	11	3	1	0,3
	166-00	1285	39	50	152	1163								

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "КАТАЙГИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА" ВЕРХНЕКЕТСКОГО РАЙОНА ТОМСКОЙ ОБЛАСТИ**, Пупасова Ирина
Александровна, ДИРЕКТОР

13.01.25 12:12
(MSK)

Сертификат 00E91354C1C4C0A86422B839D94CE3FF1C

День: вторник

Неделя: первая

Сезон: осеннее-зимний

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ р е ц	Прием пищи, наименовани е блюда	Масс а порц ии	Пищевые вещества (г)			Энер гетич ценн ость (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<i><u>завтрак</u></i>														
1	Омлет натуральны й № 301	200	16,8	26, 1	45	318	0,12	0,6	0,3 9	0,9	159	300	24	3,0
3	Бутерброд с сыром №90	45	1,6	16, 7	10,0	153	0,03	0,1	0,0 8	0,4	185	132	13	0,4
3	Какао с молоком сгущённым № 498	200	3,7	3,8	24	147	0,03	0,4	0,0 2	0,1	122	109	30	1,0
<i><u>обед</u></i>														
1	Суп картофель ный с бобовыми №144	250	2,3	4,2 5	15	108	0,1 9	8,67	0,0	0,22	19	65,7 5	25, 5	0,92
2	Капуста тушённая с мясом	250	27,4	28, 6	16	433, 7	0,1	36,1	144 ,2	0,2	36, 1	290	61	4,6
3	Хлеб №108	30	2,28	0,2 4	14	78,3	0,0 33	0,0	0,0 0	0,33	6	19,5	4,2	0,33
4	Компот из смеси сухофрукто в + С №508	200	0,5	0,0	27	110	0,0 1	0,5	0,0 0	0,0	28	19	7	1,5
	180-00	1175	54	79	150	1347								

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "КАТАЙГИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА" ВЕРХНЕКЕТСКОГО РАЙОНА ТОМСКОЙ ОБЛАСТИ**, Пупасова Ирина
Александровна, ДИРЕКТОР

13.01.25 12:12
(MSK)

Сертификат 00E91354C1C4C0A86422B839D94CE3FF1C

Приложение 2 к СанПиН 2.4.5.3648-20

День: среда

Неделя: первая

Сезон: осеннее-зимний

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ р е ц	Прием пищи, наименование блюда	Масс а порц ии	Пищевые вещества (г)			Энер гетич ценн ость (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<i>завтрак</i>														
1	Каша пшённая молочная жидкая №267	200	7,8	9,46	35,8	283	0,19	1,4 6	0,05	0,16	144 ,6	193	43	1,2
2	Бутерброд с повидлом №95	60	3,4	8,6	65,2	352	0,04	0,4	0,06	0,6	20	17	10	1,4
3	Кофейный напиток с молоком №501	200	3,2	2,7	15,9	79	0,04	1,3	0,02	0,0	126	90	14	0,1
<i>обед</i>														
1	Щи из свежей капусты с картофелем № 142	250	2	5	7,7	83	0,06	18, 5	0,00	2,3	34	47,5	22, 3	0,8
3	Куры в соусе с томатом №405	100	11	11	3	180	0,02	2,3	0,03	0,5	34	90	16	1,0
3	Каша перловая рассыпчатая №242	150	5,5	8,1	37,7	250	0,05	0,0	0,05	0,75	23, 4	191, 3	23, 4	1,0 8
4	Хлеб пшеничный №108	30	2,28	0,24	14,7 6	78	0,03 3	0,0	0,00	0,33	6	19,5	4,2	0,3 3
5	Кисель «Витошка»	200	0	0,0	24,0	95	0,3	20, 1	125	2,35	1	0	0	0,1
	160-00	1220	48	62	218	1460								

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "КАТАЙГИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА" ВЕРХНЕКЕТСКОГО РАЙОНА ТОМСКОЙ ОБЛАСТИ**, Пупасова Ирина
Александровна, ДИРЕКТОР

13.01.25 12:12
(MSK)

Сертификат 00E91354C1C4C0A86422B839D94CE3FF1C

День: четверг

Неделя: первая

Сезон: осеннее-зимний

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ р е ц	Прием пищи, наименовани е блюда	Масс а порц ии	Пищевые вещества (г)			Энер гетич ценн ость (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<u>завтрак</u>														
1	Пудинг из творога с рисом №318	150	20,9	16, 3	33	362	0,09	0,3	0,10	0,6	183	284	32	1,4
2	Молоко сгущённое №481	30	2,16	2,5 5	16,6 5	98	0,01	0,3	0,01	0,0 6	92	65, 7	10, 2	0,06
4	Чай с сахаром №493	200	0,1	0,0	15,0	60	0,0	0,0	0,0	0,0 0	11	3	1	0,3
<u>обед</u>														
1	Суп картофельн ый с клёцками № 146	250	4,8	10, 4	35,1	253	0,25	23, 0	0,0 0	4,8	43	161	67	2,4
1	Рыба. запечённая в омлете №337	100	16	7,8	3,2	147	0,09	0,5	0,0 6	4,1	40	203	25	1
3	Картофельн ое пюре № 429	200	4,2	8,8	21,8	184	0,18	6,8	0,0 6	0,2	52	114	38	1,4
4	Хлеб №108	30	2,28	0,2 4	14,7 6	78,3	0,03 3	0,0	0,0 0	0,33	6	19, 5	4,2	0,33
5	Чай с сахаром №493	200	0,1	0,0	15,0	60	0,0	0,0	0,0	0,00	11	3	1	0,3
175-00		1160	51	44	154	1220								

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "КАТАЙГИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА" ВЕРХНЕКЕТСКОГО РАЙОНА ТОМСКОЙ ОБЛАСТИ,** Пупасова Ирина
Александровна, ДИРЕКТОР

13.01.25 12:12
(MSK)

Сертификат 00E91354C1C4C0A86422B839D94CE3FF1C

День: пятница

Неделя: первая

Сезон: осеннее-зимний

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ ре ц	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энер г.цен ность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
завтрак														
1	Каша рисовая молочная жидкая №268	200	5,54	8,6 2	32,4	229, 4	0,06	1,5 4	0,0 5	0,18	143 ,4	151, 8	31, 6	1,2
2	Бутерброд с сыром №90	45	1,6	16, 7	10,0	153	0,03	0,1	0,0 8	0,4	185	132	13	0,4
3	Чай с лимоном №494	200	0,1	0,0	15,2	61	0,00	2,8	0,0 0	0,0	14, 2	4	2	0,4
обед														
2	Борщ №128	250	1,82	5,0 5	10,6	95	0,04	10, 3	0,00	2,4	34, 5	13,2	26, 2	1,4
2	Тефтели из говядины с рисом (ёжики) № 390	70/30	9,5	15, 3	11,4	221	0,05	0,8	0,11	0,5	21	108	16	1,5
3	Соус молочный № 435	30	1	2	2,7	33,5	0,01	0,2	0,01	0,0 4	3,5 7	27,9	4,4	0,0 5
4	Макаронные изделия отварные №29 1	180	6,78	0,8	34,8 4	173, 9	0,06 8	0,0 1	0,0	0,9 5	6,8 4	42,8 4	9,7 2	0,9 3
5	Хлеб №108	30	2,28	0,2 4	14,7 6	78,3	0,03 3	0,0	0,00	0,3 3	6	19,5	4,2	0,3 3
6	Компот из сухофруктов + С № 508	200	0,5	0,0	27,0	110	0,01	0,5	0,00	0,0	28	19	7	1,5
	160-00	1235	29	48, 3	158, 4	1155								

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "КАТАЙГИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА" ВЕРХНЕКЕТСКОГО РАЙОНА ТОМСКОЙ ОБЛАСТИ,** Пупасова Ирина
Александровна, ДИРЕКТОР

13.01.25 12:12
(MSK)

Сертификат 00E91354C1C4C0A86422B839D94CE3FF1C

Приложение 2 к СанПиН 2.4.5.3648-20

День: понедельник

Неделя: вторая

Сезон: осеннее-зимний

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ ре ц	Прием пищи, наименовани е блюда	Масс а порц ии	Пищевые вещества (г)			Энер гетич ценн ость (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<i>завтрак</i>														
1	Каша манная молочная жидкая №262	200	6,2	7,4 6	30,8 6	215, 4	0,07	1,3 8	0,0 5	0,52	132,8	121, 2	20, 2	0,4 4
2	Бутерброд с маслом № 93	40	1,6	16, 7	10,0	197	0,02	0,0	0,1 2	0,4	6	17	3	0,3
3	Какао с молоком сгущённым № 498	200	3,7	3,8	24,5	147	0,03	0,4	0,0 2	0,1	122	109	30	1,0
<i>обед</i>														
2	Суп картофельн ый с бобовыми №144	250	2,3	4,2 5	15,1	108	0,19	8,6 7	0,0	0,22	19	65,7 5	25, 5	0,9 2
3	Котлеты, биточки, шницели №381	100	17,8	17	14	286	0,09	0,0	0,0 4	0,5	39	185	26	2,8
4	Соус томатный № 453	30	0,27	0,9 3	1,73	16,4	0,00 3	0,3 9	0,0 07	0,05	1,12	3,85	1,8 7	0,0 9
4	Каша гречневая рассыпчатая № 237	180	10,2	9,4	44,4	303, 6	0,24	0,0	0,0 4	0,73	17,1	243, 1	162 ,1	4
5	Хлеб №108	30	2,28	0,2 4	14,76	78,3	0,03 3	0,0	0,0 0	0,33	6	19,5	4,2	0,3 3
6	Чай с лимоном №494	200	0,1	0,0	15,2	61	0,00	2,8	0,0 0	0,0	14,2	4	2	0,4
	170-00	1300	41	60	128	1323								

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "КАТАЙГИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА" ВЕРХНЕКЕТСКОГО РАЙОНА ТОМСКОЙ ОБЛАСТИ**, Пупасова Ирина
Александровна, ДИРЕКТОР

13.01.25 12:12
(MSK)

Сертификат 00E91354C1C4C0A86422B839D94CE3FF1C

День: вторник

Неделя: вторая

Сезон: осеннее-зимний

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ р е ц	Прием пищи, наименовани е блюда	Масс а порц ии	Пищевые вещества (г)			Энер гетич ценн ость (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<u>завтрак</u>														
2	Омлет натуральны й №301	200	12	18,7	3,2	228	0,12	0,6	0,3 9	0,9	159	300	24	3,0
3	Бутерброд с повидлом №95	60	1,7	4,3	32,6	176	0,04	0,4	0,0 6	0,6	20	17	10	1,4
4	Кофейный напиток с молоком №501	200	3,2	2,7	15,9	79	0,04	1,3	0,0 2	0,0	126	90	14	0,1
<u>обед</u>														
2	Борщ №128	250	1,82	5,05	10,6	95	0,04	10, 3	0,0 0	2,4	34, 5	13,2	26, 2	1,4
2	Печень, тушёная в соусе №401	100	13,3	7,7	5,5	248	0,19	10	5,8	0,8	25	227	13	4,8
3	Рис отварной №414	180	4,92	8,1	45,0 8	272, 8	0,03	0,0	0,0 5	0,38	6,8	94,4	30, 4	0,7
4	Хлеб №108	30	2,28	0,24	14,7 6	78,3	0,03 3	0,0	0,0 0	0,33	6	19,5	4,2	0,33
5	Чай с сахаром №493	200	0,1	0,0	15,0	60	0,0	0,0	0,0	0,00	11	3	1	0,3
	166-00	1220	40	40	147	1252								

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "КАТАЙГИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА" ВЕРХНЕКЕТСКОГО РАЙОНА ТОМСКОЙ ОБЛАСТИ**, Пупасова Ирина
Александровна, ДИРЕКТОР

13.01.25 12:12
(MSK)

Сертификат 00E91354C1C4C0A86422B839D94CE3FF1C

День: среда

Неделя: вторая

Сезон: осеннее-зимний

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ р е ц	Прием пищи, наименовани е блюда	Масс а порц ии	Пищевые вещества (г)			Энер гетич ценн ость (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<i>завтрак</i>														
1	Сырники из творога запечённые №321	150	24	18	31	386	0,08	0,3	0,1 4	0,8	202	305	31	1,0
2	Молоко сгущённое №481	30	2,16	2,5	16,6 5	98	0,01	0,3	0,0 1	0,06	92	65,7	10, 2	0,06
4	Чай с сахаром №493	200	0,1	0,0	15,0	60	0,0	0,0	0,0	0,00	11	3	1	0,3
<i>обед</i>														
1	Суп с рыбными консервами №153	250	9,22	7	16	166	0,10	8	0,0 3	0,75	63	165	45	1,25
2	Соус томатный № 453	30	0,27	0,9	1,73	16,4	0,00 3	0,3 9	0,0 07	0,05	1,1 2	3,85	1,8 7	0,09
3	Кнели из кур с рисом № 411	100	15,9	7,8	3,2	147	0,09	0,5	0,0 6	4,1	40	203	25	1,0
4	Картофельное пюре № 429	200	4,2	8,8	21,8	184	0,18	6,8	0,0 6	0,2	52	114	38	1,4
5	Хлеб №108	30	2,28	0,2 4	14,7 6	78,3	0,03 3	0,0	0,0 0	0,33	6	19,5	4,2	0,33
6	Чай с лимоном №494	200	0,1	0,0	15,2	61	0,00	2,8	0,0 0	0,0	14, 2	4	2	0,4
	194-00	1295	60	70	154	1440								

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "КАТАЙГИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА" ВЕРХНЕКЕТСКОГО РАЙОНА ТОМСКОЙ ОБЛАСТИ**, Пупасова Ирина
Александровна, ДИРЕКТОР

13.01.25 12:12
(MSK)

Сертификат 00E91354C1C4C0A86422B839D94CE3FF1C

День: четверг

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ р е ц	Прием пищи, наименовани е блюда	Масс а порц ии	Пищевые вещества (г)			Энер гетич ценн ость (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
завтрак														
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1	Каша рисовая молочная жидкая №268	200	5,54	8,6	32,4	229	0,06	1,5 4	0,0 5	0,18	143 ,4	151, 8	31, 6	1,2
2	Чай с сахаром №493	200	0,1	0,0	15.0	60	0,0	0,0	0,0	0.00	11	3	1	0,3
3	Бутерброд с маслом № 93	40	1,6	16,	10,0	197	0,02	0,0	0,1	0,4	60	17	3	0,3
обед														
1	Щи из свежей капусты с картофелем № 142	250	1,75	5	7,7	83	0,05 7	18, 5	0,0	2,37	34	47,5	22, 5	0,8
3	Мясо тушёное №363	50/50	15	17	2	227	0,04	0,7	0	2,6	11	157	22	2,2
4	Макаронные изделия отварные№2 91	180	6,78	0,8	34,8	174	0,38	0,1	0,0	5,3	38	238	54	5,2
5	Кисель «Витошка»	200	0	0,0	24,0	95	0,3	20, 1	125	2,35	1	0	0	0,1
6	Хлеб №108	30	2,28	0,24	14	78,3	0,03 3	0,0	0,0 0	0,33	6	19,5	4,2	0,33
	180-00	1218	36	48	152	1200								

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "КАТАЙГИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА" ВЕРХНЕКЕТСКОГО РАЙОНА ТОМСКОЙ ОБЛАСТИ**, Пупасова Ирина
Александровна, ДИРЕКТОР

13.01.25 12:12
(MSK)

Сертификат 00E91354C1C4C0A86422B839D94CE3FF1C

Сезон ; осеннее-зимний

Возрастная категория: 12 лет и старше

День: пятница

Неделя: вторая

№ р е ц	Прием пищи, наименовани е блюда	Масс а порц ии	Пищевые вещества (г)			Энер гетич ценн ость (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<u>завтрак</u>														
1	Каша «Дружба» №260	200	5,26	11,6 6	25,0 6	226, 2	0,08	1,3 2	0,0 8	0,2	126 ,6	140, 4	30, 6	0,56
2	Бутерброд с повидлом №95	60	3,4	8,6	65,2	352	0,04	0,4	0,0 6	0,6	20	17	10	1,4
3	Кофейный напиток с молоком №501	200	3,2	2,7	15,9	79	0,04	1,3	0,0 2	0,0	126	90	14	0,1
<u>обед</u>														
1	Суп с макаронным и изделиями № 147	250	2,7	2,85	18,8	111	0,06	8,2 5	0,0 0	1,37	15, 25	63,5	24	0,95
2	Рагу из птицы № 407	175	13,8	14,4	15,9	248	0,12	10, 4	0,0 2	3,1	25	139	39	1,8
3	Компот из сухофрукто в + С № 508	200	0,5	0,0	27,0	110	0,01	0,5	0,0 0	0,0	28	19	7	1,5
4	Хлеб №108	30	2,28	0,24	14,7 6	78	0,03 3	0,0	0,0 0	0,33	6	19,5	4,2	0,33
	160-00	1204	33	50	200	1115								

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "КАТАЙГИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА" ВЕРХНЕКЕТСКОГО РАЙОНА ТОМСКОЙ ОБЛАСТИ**, Пупасова Ирина
Александровна, ДИРЕКТОР

13.01.25 12:12
(MSK)

Сертификат 00E91354C1C4C0A86422B839D94CE3FF1C

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "КАТАЙГИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА" ВЕРХНЕКЕТСКОГО РАЙОНА ТОМСКОЙ ОБЛАСТИ**, Пупасова Ирина
Александровна, ДИРЕКТОР

13.01.25 12:12
(MSK)

Сертификат 00E91354C1C4C0A86422B839D94CE3FF1C