


СОГЛАСОВАНО

Руководитель управления
Роспотребнадзора
по Липецкой области


В.А. Бондарев



УТВЕРЖДАЮ


Директор школьного
образовательного учреждения №
по Липецкой области
г. Ельца

АССОРТИМЕНТНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ

**экспресс-завтраков для одноразового питания
на 2019-2020 год для двух возрастных категорий
учащихся 7-10 лет и 11-18 лет в муниципальных образовательных учреждениях
стоимостью 20 рублей**

Рассмотрено:

заместитель начальника отдела
санитарного надзора
управления Роспотребнадзора
по Липецкой области


И.В. Семушина

Разработано:

Директор филиала
ЛФ ООО ГК "Фьюжен Менеджмент"


А.Ф. Дервянов



Елец

1 неделя

День 1 завтрак

№сб/реч	Выходг		Белкиг	Жирыг	Углеводыг		Эн.цен,ккал.	Витамины(мг)				Минеральные вещества(мг)					
	7-10лет	11-18лет			7-10лет	11-18лет		7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет		
3	15/18	15/18	6,26	6,77	11,25	305,45	305,45	0,04	0,12	0,12	0,04	0,06	81,88	36,63	4,95	4,95	0,35
686	200/15/7	200/15/7	0,30	0,00	15,20	60,00	60,00	0,00	4,06	4,06	0,00	0,00	15,16	7,14	5,60	5,60	0,58
Итого:			6,56	6,77	26,45	365,45	365,45	0,04	4,18	4,18	0,04	0,06	97,04	43,77	10,55	10,55	0,93

День 2 завтрак

№сб/реч	Выходг		Белкиг	Жирыг	Углеводыг		Эн.цен,ккал.	Витамины(мг)				Минеральные вещества(мг)					
	7-10лет	11-18лет			7-10лет	11-18лет		7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет		
302	200/5	200/5	12,88	23,31	54,47	432,00	432,00	0,09	0,89	0,89	1,00	0,00	185,87	182,40	37,24	37,24	0,72
685	200/15	200/15	0,20	0,00	15,00	58,00	58,00	0,00	0,02	0,02	0,00	0,00	1,29	1,60	0,88	0,88	0,21
	18	18	1,35	0,52	9,25	47,40	47,40	0,02	0,00	0,00	0,02	5,94	11,67	10,44	10,44	0,80	0,80
Итого:			14,43	23,83	78,72	537,40	537,40	0,11	0,91	0,91	1,00	0,02	193,10	195,67	48,56	48,56	1,73

День 3 завтрак

№сб/реч	Выходг		Белкиг	Жирыг	Углеводыг		Эн.цен,ккал.	Витамины(мг)				Минеральные вещества(мг)					
	7-10лет	11-18лет			7-10лет	11-18лет		7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет		
340	60/3	60/3	7,99	13,36	1,52	159,19	159,19	0,03	0,16	0,16	1,52	0,00	84,72	127,20	15,12	15,12	12,10
	18	18	1,35	0,52	9,25	47,40	47,40	0,02	0,00	0,00	0,02	0,02	5,94	11,67	10,44	10,44	0,00
701	200	200	0,20	0,00	35,80	142,00	142,00	0,01	3,20	3,20	0,00	0,00	14,22	2,14	4,14	4,14	0,48
Итого:			9,54	13,88	46,58	348,59	348,59	0,06	3,36	3,36	1,52	0,02	104,88	141,01	29,70	29,70	13,38

День 4 завтрак

№сб/рец	Наименование продукта	Выход,г		Белки,г		Жиры,г		Углеводы,г		Эн.цен,ккал.		Витамины(мг)			Витамины(мг)			Минеральные вещества(мг)													
		7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет										
302	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	200/5	200/5	7,20	7,20	12,00	12,00	44,60	44,60	389,33	389,33	0,05	0,05	2,39	2,39	49,27	49,27	0,24	0,24	132,07	132,07	15,16	15,16	7,14	7,14	161,87	161,87	20,68	20,68	0,56	0,56
686	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	200/15/7	0,30	0,30	0,00	0,00	15,20	15,20	60,00	60,00	0,00	0,00	4,06	4,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Батон нарезной витаминизированный	18	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	47,40	47,40	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,02	0,02	0,02	0,00	0,00	0,02	0,02	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого:			8,85	8,85	12,52	12,52	69,05	69,05	496,73	496,73	0,07	0,07	6,45	6,45	49,27	49,27	0,26	0,26	153,17	153,17	15,16	15,16	11,67	11,67	180,68	180,68	36,72	36,72	1,94	1,94

День 5 завтрак

№сб/рец	Наименование продукта	Выход,г		Белки,г		Жиры,г		Углеводы,г		Эн.цен,ккал.		Витамины(мг)			Витамины(мг)			Минеральные вещества(мг)												
		7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет									
366	Запеканка из творога с повидлом	60/10	60/10	5,82	5,82	5,22	5,22	11,34	11,34	264,00	264,00	0,34	0,34	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	93,00	93,00	0,00	0,00	267,00	267,00	39,00	39,00	3,90	3,90	
685	Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00	0,00	0,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого:			6,02	6,02	5,22	5,22	26,34	26,34	322,00	322,00	0,34	0,34	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	94,29	94,29	0,00	0,00	268,60	268,60	39,88	39,88	4,11	4,11	

День 6 завтрак

№сб/рец	Наименование продукта	Выход,г		Белки,г		Жиры,г		Углеводы,г		Эн.цен,ккал.		Витамины(мг)			Витамины(мг)			Минеральные вещества(мг)													
		7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет										
302	Каша молочная геркулесовая с маслом сливочным	200/5	200/5	5,60	5,60	10,40	10,40	26,40	26,40	364,00	364,00	0,05	0,05	2,39	2,39	49,27	49,27	0,24	0,24	132,07	132,07	15,16	15,16	161,87	161,87	20,68	20,68	0,56	0,56		
	Батон нарезной витаминизированный	18	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	47,40	47,40	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,02	0,02	0,02	0,00	0,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
694	Какао на стуженном молоке	200/20	200/20	4,70	4,70	5,00	5,00	31,80	31,80	187,00	187,00	0,03	0,03	0,98	0,98	0,03	0,03	0,00	0,00	228,81	228,81	241,04	241,04	67,50	67,50	90,80	90,80	0,37	0,37		
	Итого:			11,65	11,65	15,92	15,92	67,45	67,45	598,40	598,40	0,10	0,10	3,37	3,37	49,30	49,30	0,26	0,26	228,81	228,81	241,04	241,04	121,92	121,92	121,92	121,92	1,73	1,73		

День 1 завтрак

№сб/рец	Наименование продукта	Выход,г			Белки,г			Жиры,г			Углеводы,г			Эн.цен,ккал.			Витамины(мг)						Минеральные вещества(мг)																								
		7-10лет	11-18лет	18лет	7-10лет	11-18лет	18лет	7-10лет	11-18лет	18лет	7-10лет	11-18лет	18лет	7-10лет	11-18лет	18лет	7-10лет	11-18лет	18лет	7-10лет	11-18лет	18лет	7-10лет	11-18лет	18лет	7-10лет	11-18лет	18лет																			
6	Бутерброд с колбасой в/к	15/18	4,40	4,40	7,70	7,70	7,70	7,70	7,70	7,70	7,70	205,00	205,00	205,00	0,040	0,040	0,040	0,120	0,120	0,120	0,040	0,040	0,040	4,06	4,06	4,06	0,060	0,060	0,060	81,880	81,880	81,880	15,16	15,16	15,16	7,14	7,14	7,14	36,630	36,630	36,630	4,950	4,950	4,950	0,350	0,350	0,350
686	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,30	0,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	15,20	15,20	15,20	60,00	60,00	60,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,06	4,06	4,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	15,16	15,16	15,16	7,14	7,14	7,14	36,630	36,630	36,630	4,950	4,950	4,950	0,350	0,350	0,350	
	Итого:		4,70	4,70	7,70	7,70	7,70	7,70	7,70	7,70	22,40	22,40	22,40	265,00	265,00	265,00	0,04	0,04	0,04	4,18	4,18	4,18	4,06	4,06	4,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	97,04	97,04	97,04	43,77	43,77	43,77	10,55	10,55	10,55	49,30	49,30	49,30	0,93	0,93	0,93		

День 2 завтрак

№сб/рец	Наименование продукта	Выход,г			Белки,г			Жиры,г			Углеводы,г			Эн.цен,ккал.			Витамины(мг)						Минеральные вещества(мг)																						
		7-10лет	11-18лет	18лет	7-10лет	11-18лет	18лет	7-10лет	11-18лет	18лет	7-10лет	11-18лет	18лет	7-10лет	11-18лет	18лет	7-10лет	11-18лет	18лет	7-10лет	11-18лет	18лет	7-10лет	11-18лет	18лет	7-10лет	11-18лет	18лет	7-10лет	11-18лет	18лет	7-10лет	11-18лет	18лет	7-10лет	11-18лет	18лет	7-10лет	11-18лет	18лет	7-10лет	11-18лет	18лет		
302	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	200/5	12,88	12,88	23,31	23,31	23,31	54,47	54,47	54,47	432,00	432,00	432,00	0,09	0,09	0,09	0,89	0,89	0,89	1,00	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	185,87	185,87	185,87	1,29	1,29	1,29	1,60	1,60	1,60	88,40	88,40	88,40	0,72	0,72	0,72
685	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	0,00	15,00	15,00	15,00	58,00	58,00	58,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,29	1,29	1,29	1,60	1,60	1,60	88,40	88,40	88,40	0,72	0,72	0,72	0,21	0,21	0,21
	Батон нарезной витаминизированный	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	9,25	47,40	47,40	47,40	0,02	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,94	5,94	5,94	11,67	11,67	11,67	10,44	10,44	10,44	0,80	0,80	0,80	0,80	0,80	0,80	
	Итого:		14,43	14,43	23,83	23,83	78,72	78,72	78,72	78,72	537,40	537,40	537,40	0,11	0,11	0,11	0,91	0,91	0,91	1,00	1,00	1,00	0,02	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	193,10	193,10	193,10	48,56	48,56	48,56	105,55	105,55	105,55	1,73	1,73	1,73				

День 3 завтрак

№сб/рец	Наименование продукта	Выход,г			Белки,г			Жиры,г			Углеводы,г			Эн.цен,ккал.			Витамины(мг)						Минеральные вещества(мг)																						
		7-10лет	11-18лет	18лет	7-10лет	11-18лет	18лет	7-10лет	11-18лет	18лет	7-10лет	11-18лет	18лет	7-10лет	11-18лет	18лет	7-10лет	11-18лет	18лет	7-10лет	11-18лет	18лет	7-10лет	11-18лет	18лет	7-10лет	11-18лет	18лет	7-10лет	11-18лет	18лет	7-10лет	11-18лет	18лет	7-10лет	11-18лет	18лет	7-10лет	11-18лет	18лет	7-10лет	11-18лет	18лет		
302	Каша молочная геркулесовая с маслом сливочным	200/5	5,60	5,60	10,40	10,40	10,40	26,40	26,40	26,40	364,00	364,00	364,00	0,05	0,05	0,05	2,39	2,39	2,39	49,27	49,27	49,27	0,24	0,24	0,24	0,00	0,00	0,00	0,00	132,07	132,07	132,07	1,29	1,29	1,29	1,60	1,60	1,60	88,40	88,40	88,40	0,72	0,72	0,72	
	Батон нарезной витаминизированный	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	9,25	47,40	47,40	47,40	0,02	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,94	5,94	5,94	11,67	11,67	11,67	10,44	10,44	10,44	0,80	0,80	0,80	0,80	0,80	0,80	
694	Кефир на стуженном молоке	200/20	4,70	4,70	5,00	5,00	31,80	31,80	31,80	187,00	187,00	187,00	0,03	0,03	0,03	0,98	0,98	0,98	0,03	0,03	0,03	49,30	49,30	49,30	0,26	0,26	0,26	0,00	0,00	0,00	90,80	90,80	90,80	228,81	228,81	228,81	241,04	241,04	241,04	90,80	90,80	90,80	0,37	0,37	0,37
	Итого:		11,65	11,65	15,92	15,92	67,45	67,45	67,45	598,40	598,40	598,40	0,10	0,10	0,10	3,37	3,37	3,37	49,30	49,30	49,30	0,26	0,26	0,26	0,00	0,00	0,00	0,00	228,81	228,81	228,81	48,56	48,56	48,56	121,92	121,92	121,92	1,73	1,73	1,73					

День 4 завтрак

№сб/реч	Наименование продукта	Выход,г		Белки,г		Жиры,г		Углеводы,г		Эн.цен,ккал.		Витамины(мг)						Минеральные вещества(мг)												
		7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет							
366	Запеканка из творога с повидлом	60/10	60/10	5,82	5,82	5,22	5,22	11,34	11,34	264,00	264,00	0,34	0,34	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	93,00	93,00	267,00	267,00	39,00	39,00	5,90	5,90
686	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	200/15/7	0,30	0,30	0,00	0,00	15,20	15,20	60,00	60,00	0,00	0,00	4,06	4,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	15,16	15,16	7,14	7,14	5,60	5,60	0,58	0,58
	Батон нарезной витаминизированный	18	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	47,40	47,40	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,02	0,02	0,02	5,94	5,94	11,67	11,67	10,44	10,44	0,80	0,80	
	Итого:			7,47	7,47	5,74	5,74	35,79	35,79	371,40	371,40	0,36	0,36	4,06	4,06	0,00	0,00	0,02	0,02	0,02	0,02	114,10	114,10	285,81	285,81	55,04	55,04	5,28	5,28	

День 5 завтрак

№сб/реч	Наименование продукта	Выход,г		Белки,г		Жиры,г		Углеводы,г		Эн.цен,ккал.		Витамины(мг)						Минеральные вещества(мг)											
		7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет						
340	Омлет натуральный с маслом сливочным	60/3	60/3	7,99	7,99	13,36	13,36	1,52	1,52	159,19	159,19	0,03	0,03	0,16	0,16	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	84,72	84,72	127,20	127,20	15,12	15,12	12,10	12,10
685	Чай с сахаром	200/15	200/15	0,20	0,20	0,00	0,00	15,00	15,00	58,00	58,00	0,00	0,00	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,29	1,29	1,60	1,60	0,88	0,88	0,21	0,21
	Батон нарезной витаминизированный	18	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	47,40	47,40	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,02	0,02	0,02	5,94	5,94	11,67	11,67	10,44	10,44	0,80	0,80
	Итого:			9,54	9,54	13,88	13,88	25,78	25,78	264,59	264,59	0,05	0,05	0,18	0,18	0,00	0,00	0,02	0,02	0,02	0,02	91,95	91,95	140,47	140,47	26,44	26,44	13,11	13,11

День 6 завтрак

№сб/реч	Наименование продукта	Выход,г		Белки,г		Жиры,г		Углеводы,г		Эн.цен,ккал.		Витамины(мг)						Минеральные вещества(мг)											
		7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет	7-10лет	11-18лет						
302	Каша молочная манная с маслом сливочным	200/5	200/5	4,80	4,80	8,20	8,20	30,40	30,40	284,00	284,00	0,05	0,05	2,39	2,39	0,00	0,00	0,00	0,00	0,24	0,24	132,07	132,07	161,87	161,87	20,68	20,68	0,56	0,56
	Батон нарезной витаминизированный	18	18	1,35	1,35	0,52	0,52	9,25	9,25	47,40	47,40	0,02	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,02	5,94	5,94	11,67	11,67	10,44	10,44	0,80	0,80
686	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	200/15/7	0,30	0,30	0,00	0,00	15,20	15,20	60,00	60,00	0,00	0,00	4,06	4,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	15,16	15,16	7,14	7,14	5,60	5,60	0,58	0,58
	Итого:			6,45	6,45	8,72	8,72	54,85	54,85	391,40	391,40	0,07	0,07	6,45	6,45	0,00	0,00	0,02	0,02	0,26	0,26	153,17	153,17	180,88	180,88	36,72	36,72	1,94	1,94