



**20.02.2021г СРЕДА**  
**Завтрак 1-4 класс**

№ рец по сборнику 2015 г	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (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
338	Фрукт свежий	180	0,4	0,4	9,8	47	0,02	10	-		16	11	9	2,2
ПР	Йогурт фруктовый	125	3,6	3,1	13,8	97,5	-	-	-	-	-	-	-	-
16	Ветчина варёно-копчёная(порциями)	25	5,65	5,23	-	70	-	-	-	-	2,92	67	8,75	-
178	Каша вязкая из смеси круп	250	7,82	12,83	34,27	285	0,21	1,17	0,058	0,71	152,76	230,31	60,6	1,71
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	-	0,03	-	-	11,1	2,8	1,4	0,28
ПР	Хлеб пшеничный	46	3	0,38	18,4	89,06	0,04	-	-	0,5	8,76	33,14	12,58	0,42
	<b>Итого</b>		20,54	21,96	91,27	<b>648,56</b>	0,28	11,2	0,058	1,21	191,54	344,25	92,33	4,61



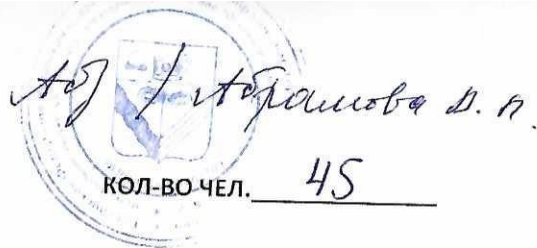
ОБЕД ГПД 15 чел.

1. Борщ с картошкой 250
2. Плов из пшеницы 50/100
3. Каша из с/ф 200
4. Хлеб рж 20
5. Хлеб пш 20
- 6.

ПОЛДНИК ГПД 15 чел.

1. Супа обыкновенная 50
2. Чай с сахаром 200
- 3.
- 4.

Зверинского



20.01.2021

**МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ ЛЬГОТНОЙ КАТЕГОРИИ**

**МБОУ ООШ N 2**

**ОБЕД:**

- |    |                    |        |
|----|--------------------|--------|
| 1. | Борщ с картошкой   | 250    |
| 2. | Плов из пшеницы    | 50/100 |
| 3. | Каша из гр         | 200    |
| 4. | Хлеб рж            | 21     |
| 5. | Хлеб пш            | 18     |
| 6. | Сдоба обыкновенная | 50     |
| 7. |                    |        |