



**28.01.2021г четверг**  
**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
ТК	Йогурт фруктовый	125	0,83	0,17	7,5	38	0,06	38	0,01	0,2	35	17	11	0,1
294	Котлета из курицы	80	13,89	9,71	12,93	228,8	0,16	0,72	0,043	54,7 2	47,82	64	17,76	2,9
204	Макаронные изделия отварные с маслом	130\5	10,15	11,94	25,58	250,8	0,06	0,17	0,08	0,08	221,4	151,5 6	15,24	0,92
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	-	0,03	-	-	11,1	2,8	1,4	0,28
ПР	Хлеб пшеничный	23	3	0,38	18,4	89,06	0,04	-	-	0,5	8,76	33,14	12,58	0,42
ПР	Хлеб ржаной	26	1,44	0,23	11,23	47,67	-	-	-	-	-	-	-	-
	<b>Итого</b>		<b>31,54</b>	<b>25,32</b>	<b>93,21</b>	<b>764,16</b>	<b>0,32</b>	<b>38,92</b>	<b>0,133</b>	<b>5,55</b>	<b>324,08</b>	<b>268,5</b>	<b>57,98</b>	<b>4,62</b>



28.01



Утверждено: *[Signature]* / *Ибраимова С.Ф.*

КОЛ-ВО ЧЕЛ. 59

### МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ ЛЬГОТНОЙ КАТЕГОРИИ

#### МБОУ ООШ N 2

#### ОБЕД:

- |    |                   |        |
|----|-------------------|--------|
| 1. | Борщ с картофелем | 250    |
| 2. | Плов из курицы    | 100/50 |
| 3. | Каша из гречки    | 200    |
| 4. | Хлеб рж           | 26     |
| 5. | Хлеб мч           | 20     |
| 6. |                   |        |
| 7. |                   |        |

ОБЕД ГПД 15 чел.

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

ПОЛДНИК ГПД 15 чел.

1. Пельменки 50
2. Чай с сахаром 200
- 3.
- 4.