



ПЯТНИЦА 29.01.2021г.
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	Ca	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ТК	Котлета рыбная (минтай)	80	9,76	6,21	11,75	142,4	0,048	0,27	0,04	4	34,7	130,96	30,61	1,15
ТК	Рис отварной с овощами	150	3,65	5,37	236,68	209,7	0,025	-	-	0,28	1,37	60,95	16,34	0,53
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	0,54	118,6	0,06	1,59	0,02	-	152,2	124,56	21,34	0,48
ПР	Хлеб пшеничный	20	3	0,38	18,4	89,06	0,04	-	-	0,5	8,76	33,14	12,58	0,42
ПР	Хлеб ржаной	20	1,446	0,23	11,23	47,67	-	-	-	-	-	-	-	-
	Итого		26,69	23,28	77,17	696,76	0,211	12,035	0,125	4,905	433,11	485,61	98,62	5,03

Утверждено / Абрамова Д. С.



29.01

КОЛ-ВО ЧЕЛ. 42

МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ ЛЬГОТНОЙ КАТЕГОРИИ

МБОУ ООШ N 2

ОБЕД:

- | | | |
|----|----------------------------|-------|
| 1. | Свекальщик | 250 |
| 2. | Сосиски отвар. | 63 |
| 3. | Макарон из. отвар с маслом | 100/4 |
| 4. | Колени из свк | 200 |
| 5. | Хлеб рж | 39 |
| 6. | Хлеб пш | 30 |
| 7. | | |

Стоимость _____ руб.

ОБЕД ГПД 12 чел.

- | | | |
|----|-----------------------|-----|
| 1. | Свекольник | 250 |
| 2. | Сосиски отварная | 62 |
| 3. | Макароны из св. смеси | 100 |
| 4. | Колбаса из св. | 200 |
| 5. | Хлеб рж | 20 |
| 6. | Хлеб пш | 20 |

ПОЛДНИК ГПД 12 чел.

- | | | |
|----|---------------|-----|
| 1. | Печенье | 30 |
| 2. | Тай с сахаром | 200 |
| 3. | | |