



**01.02.21г понедельник  
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	160	0,4	0,4	9,8	47	0,02	10	-	-	16	11	9	2,2
71	Овощи натуральные свежие(по сезону)	60	0,42	0,06	1,14	7,2	0,024	2,94	-	0,06	10,2	18	8,4	0,3
ТК	Курица порционная	90	10,83	16,33	8,1	199	0,14	0,19	0,041	2,36	15,78	107,24	16	1,72
ТК	Рис отварной с маслом	130	3,73	12,62	36,76	275,7	0,03	-	-	0,39	3,77	63,95	16,34	0,55
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6	0,22	1,3	0,02	-	125,78	90	14	0,13
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	-	-	-	-	-	-	-	-
	<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



1.02.21  
62 ЧЕЛ

УТВЕРЖДАЮ

Директор  
Абрамова В.В.



## МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ ЛЬГОТНОЙ КАТЕГОРИИ

### МБОУ ООШ N 2

#### ОБЕД:

- |                                   |       |
|-----------------------------------|-------|
| 1. Шш из свек капусты с картошкой | 250   |
| 2. Котлеты рубл. из печени        | 75    |
| 3. Каша рисовая. (гречневая)      | 100/2 |
| 4. Колпос из с/р                  | 200   |
| 5. Хлеб ртс                       | 26    |
| 6. Хлеб пш                        | 17    |

ОБЕД ГПД 12 чел.

1. Шш иу свежей капусты с картоф. 250
2. Каша гр. рубл. иу пшеницы 75
3. Каша рисовая (зеленая) 100
4. Каша иу с/ф 200
5. Хлеб рж 20
6. Хлеб пш 20

ПОЛДНИК ГПД 12 чел.

1. печенье Юбилейное 30
2. Чай с сахаром 200
- 3.
- 4.