



04.02.2021г 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	Фрукт свежий	115	0,83	0,17	7,5	38	0,06	38	0,01	0,2	35	17	11	0,1
229	Рыба, тушённая в томате с овощами(минтай)	50\50	9,75	4,95	3,8	10,5	0,05	3,73	0,00	2,52	39,0	162,19	48,53	0,85
312	Пюре картофельное	110	3,06	4,8	20,44	137,25	0,14	18,16	-	0,18	36,9	86,6	27,75	1
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	-	0,03	-	-	11,1	2,8	1,4	0,28
ПР	Хлеб пшеничный	22	3	0,38	18,4	89,06	0,04	-	-	0,5	8,76	33,14	12,58	0,42
ПР	Хлеб ржаной витаминизированный	25	4,34	0,7	33,7	143,02	-	-	-	-	-	-	-	-
	<b>Итого</b>		17,37	10,44	67,42	442,51	0,326	70,42	0,016	3,82	139,3	317,33	113,26	3,19



**04.02.2021г**  
**Завтрак 5-9класс**

№ 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
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
ТК	Бифштекс рубленый (филе кур)	75	9,94	8,21	35,13	246,1	0,04	0,73	0,03	1,14	32,82	82,83	17,16
171	Каша гречневая с маслом	100/5	29,75	6	17,3	171	0,21	-	-	0,61	14,82	203,93	135,83
376	Чай с сахаром	200	0,3	0	15	60	0,004	1,4	0,004	-	9,8	8,6	1,6
ПР	Хлеб ржаной витаминизированный	25	8,01	2,68	42,75	250,1	-	-	-	-	-	-	-
ПР	Хлеб пшеничный	22											
	<b>Итого</b>					<b>566</b>							

4.02.21  
60 ЧЕЛ



МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ ЛЬГОТНОЙ КАТЕГОРИИ  
МБОУ ООШ N 2

ОБЕД:

- |                               |     |
|-------------------------------|-----|
| 1. Суп картоф с макарон. чиз. | 250 |
| 2. Рагу из капусты 100/50     |     |
| 3. Колпос из с/р              | 200 |
| 4. Хлеб рж                    | 26  |
| 5. Хлеб пш                    | 26  |

Стоимость 29 рублей 00 копеек

ОБЕД ГПД 15 чел.

1. Суп картоф с макарон. чуж. 250
2. Рагу из капусты 100/50
3. Каша из с/р 200
4. Хлеб рж 20
5. Хлеб шч 20
- 6.

ПОЛДНИК ГПД 15 чел.

1. пер. Юбилейное 30
2. Чай с сахаром 200
- 3.