



**16.03.2021г вторник
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	100	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	210	7,82	12,83	34,27	285	0,21	1,17	0,05	0,7	152,76	230,3	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	26	3	0,38	18,4	89,06	0,04	-	-	0,5	8,76	33,14	12,5	0,42
	Итого		20,54	21,96	91,27	648,56	0,28	11,2	0,05	1,2	191,54	344,2	92,3	4,61
									8	1	5	3		

Дополнительный завтрак : сок 400мл.

16.03
75_ЧЕЛ_



МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ ЛЬГОТНОЙ КАТЕГОРИИ

МБОУ ООШ N 2

ОБЕД:

- | | |
|------------------------------|-----|
| 1. Борщ с картофелем | 250 |
| 2. Супо овариал | 40 |
| 3. Макароны овариал с маслом | 100 |
| 4. Чай с сахаром | 200 |
| 5. Хлеб пш | 20 |
| 6. Хлеб пш | 20 |
| 7. Печенье | 30 |

СТОИМОСТЬ _____

ОБЕД ГПД 17 чел.

1. Борщ с картофелем 250
2. Щи со свеклой 40
3. Макароны из свеклы с мясом 100
4. Чай с сахаром 200
5. Хлеб рж 20
6. Хлеб пш 20

ПОЛДНИК ГПД 17 чел.

1. Печенье 28
2. Чай с сахаром 200
- 3.