



понедельник 29.03.2021г.

Завтрак 1-4класс

№ 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	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
ПР	Фрукт свежий	100	0,48	0,36	12,36	56,4	0,024	6	-	2,4	22,8	19,2	14,4	2
243	Сосиска отварная	60	6,06	13,15	0,21	144,1	0,01	-	-	0,2 1	19,0 3	87,45	11	0
210	Омлет натуральный	150	13,94	24,83	2,64	289,66	0,1	0,26	0,32	0,7 5	103	225,77	16,13	2
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6	0,044	1,3	0,02	-	125,78	90	14	0,
ПР	Хлеб пшеничный	20	3	0,38	18,4	89,06	0,04	-	-	0,5	8,76	33,14	12,58	0
ПР	Хлеб ржаной	22	2,17	0,35	11,23	47,66	-	-	-	-	-	-	-	
	Итого		26,65	41,4	49,56	679,82	0,218	7,56	0,34	3,8 6	276, 37	455,56	68,11	6,

Дополнительный завтрак

сок 400мл

апельсин 331г



29.03.2021г

Завтрак 5-9 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
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
243	Сосиска молочная отварная	61	10,1	11,9	1	134	-	-	-	-	-	-	-
204	Макаронные изделия отварные с маслом	100/5	4,3	3,2	27,3	147,3	0,06	-	-	0,9 7	4,8 6	37,17	21,12
376	Чай с сахаром	200	0,3	0	74	60	-	2,8 3	-	0,0 1	14, 2	4,4	2,4
ПР	Хлеб ржаной витаминизированный	24	8,01	2,68	42,7 5	250,1	-	-	-	-	-	-	-
ПР	Хлеб пшен.	20	5,6	9,9	9,3								
	Итого					591,4							

29.03.2021

77ЧЕЛ_

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Абрамова В.В.



МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ ЛЬГОТНОЙ КАТЕГОРИИ

МБОУ ООШ N 2

ОБЕД:

1. Суп картофельный с крупой 250
2. Тедгелли 75/5
3. Каша рассыпчатая (гречневая) 100
4. Компот из с/ф 200
5. Хлеб рж 20
6. Хлеб пш 20
7. Печенье 45

Стоимость _____ рублей _____ копеек

ОБЕД ГПД 13 чел.

1. Суп картофель с крупой 250
2. Тертые 75/5
3. Каша рассыпчатая (гречневая) 100
4. Колбас из св 200
5. Хлеб рж 20
6. Хлеб мш 20

ПОЛДНИК ГПД 13 чел.

1. Печенье Юбилейное 43
2. Чай с сахаром 200
- 3.