



20.04.2021г 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	0,058	0,71	152,76	230,31	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	38	3	0,38	18,4	89,06	0,04	-	-	0,5	8,76	33,14	12,58	0,42
	Итого		20,54	21,96	91,27	648,56	0,28	11,2	0,058	1,21	191,54	344,25	92,33	4,61

Доп. завтрак : апельсин

20.04

Утверждено



№ 1 от 10.04.2020 г.

МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ ЛЬГОТНОЙ КАТЕГОРИИ

МБОУ ООШ N 2

ОБЕД:

1. Суп картош с макарон и т.д. 250
2. Рыба отварная (минтай) 50
3. Пюре гороховое 100
4. Чай с сахаром 100
5. Хлеб рж 24
- 6.
- 7.

Стоимость _____ 10 _____ рублей _____ копеек

ОБЕД ГПД 14 чел.

1. Суп картош с макарон. и др. 200
2. Рыба отварная (минтай) 50
3. Пюре гороховое 100
4. Чай с сахаром 200
5. Хлеб рж 20
6. Хлеб ич 20

ПОЛДНИК ГПД 14 чел.

1. Печенье 36
2. Чай с сахаром 200
- 3.
- 4.