



28.04.2021г

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 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| ПР | Йогурт фруктовый | 125 | 3,6 | 3,1 | 13,8 | 97,5 | - | - | - | - | - | - | - |
| 338 | Фрукт свежий | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 0,03 | 10 | - | - | 16 | 11 | 9 |
| 15 | Сыр российский (порциями) | 25 | 5,8 | 7,38 | - | 90 | 0,008 | 0,17 5 | 0,06 5 | 0,1 25 | 220 | 125 | 8,75 |
| 173 | Каша вязкая молочная из пшённой крупы | 210 | 7,51 | 11,72 | 37,05 | 285 | 0,19 | 1,17 | 0,05 8 | 0,2 1 | 138, 1 | 184,37 | 47,6 |
| 376 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 | - | 0,03 | - | - | 11,1 | 2,8 | 1,4 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 38 | 3 | 0,38 | 18,4 | 89,06 | 0,04 | - | - | 0,5 | 8,76 | 33,14 | 12,58 |
| | Итого | | 20,38 | 23 | 94,05 | 668,56 | 0,268 | 11,3 75 | 0,12 3 | 0,8 35 | 393, 96 | 356,31 | 79,33 |

Дополнительный завтрак

сок

28.04

Университет



АТ / Абрамовец ДД

КОЛ-ВО ЧЕЛ. 63

МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ ЛЬГОТНОЙ КАТЕГОРИИ

МБОУ ООШ N 2

ОБЕД:

| | | |
|----|-------------------------|-----|
| 1. | Суп картоф с капустой | 250 |
| 2. | Биточек рубленый | 75 |
| 3. | Макароны отвар с маслом | 100 |
| 4. | Тай с сахаром | 200 |
| 5. | Хлеб рж | 25 |
| 6. | | |
| 7. | | |

ОБЕД ГПД 15 чел.

1. Суп картоф. с капустой 250
2. Биточек рубленый 75
3. Макароны отвар с маслом 100
4. Чай с сахаром 200
5. Хлеб рж 19
- 6.

ПОЛДНИК ГПД 15 чел.

1. Бутерброд с повидлом 20/40
2. Чай с сахаром 200
- 3.