

13.12.2021г
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	Ca	P	Mg	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
338	Фрукт свежий	100	0,4	0,4	9,8	47	0,02	10	-		16	11	9	
ПР	Продукт йогуртный	95	3,6	3,1	13,8	97,5	-	-	-	-	-	-	-	
15	Сыр российский (порц)	25	5,8	7,38	-	90	0,008	0,17	0,06	0,1	220	125	8,75	
								5	5	25				
178	Каша овсяная жидкая молочная с маслом сливочным	150/10	7,82	12,83	34,27	285	0,21	1,17	0,05	0,7	152	230,3	60,6	1
								8	1	76	1			
376	Чай с низким содержанием сахара	200	0,07	0,02	15	60	-	0,03	-	-	11,1	2,8	1,4	0
ПР	Хлеб пшеничный	38	3	0,38	18,4	89,06	0,04	-	-	0,5	8,76	33,14	12,5	0
								8				8		
	Итого		20,54	21,96	91,27	648,56	0,28	11,2	0,05	1,2	191	344,2	92,3	4
								8	1	54	5	3		

*Сок 3-к сок 400 мл
манговым*

13.12.21

КОЛ-ВО ЧЕЛ. 30

МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ ЛЬГОТНОЙ КАТЕГОРИИ

МБОУ ООШ N 2

ОБЕД:

- | | | |
|----|----------------------------------|-----|
| 1. | Щи из свежей капусты с картошкой | 250 |
| 2. | Ковбасы рубл. из печени | 75 |
| 3. | Каша рисовая. гречневая | 100 |
| 4. | Чай с сахаром | 200 |
| 5. | Хлеб пш | 33 |
| 6. | | |
| 7. | | |

13.12.21

МЕНЮ

кол-во 12 чел.

ГПД при МБОУ ООШ N 2

ОБЕД

1. Шри и свежий капуста с картофелем 250
2. Котлеты рубо и пюре 75
3. Картофельная (пюре) 100
4. Чай с сахаром 200
5. Хлеб рз 20
- 6.
- 7.

ПОЛДНИК

4. Сдоба обжаренная 50
5. Чай с сахаром 200
- 6.
- 7.
- 8.