


«УТВЕРЖДАЮ»
 Директор 
 В.В.Абрамова

16. 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 | Р | Mg |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| ТК | Фрукт свежий | 100 | 0,83 | 0,17 | 7,5 | 38 | 0,06 | 38 | 0,01 | 0,2 | 35 | 17 | 11 |
| 71 | Овощи натуральные свежие (по сезону) | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 13,2 | 0,036 | 10,5 | - | 0,42 | 8,4 | 15,6 | 12 |
| 229 | Рыба, тушённая в томате с овощами(минтай) | 50\50 | 9,75 | 4,95 | 3,8 | 10,5 | 0,05 | 3,73 | 0,006 | 2,52 | 39,0 7 | 162,19 | 48,53 |
| 312 | Пюре картофельное | 150 | 3,06 | 4,8 | 20,44 | 137,25 | 0,14 | 18,16 | - | 0,18 | 36,9 7 | 86,6 | 27,75 |
| 376 | Чай с низким содержанием сахара | 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 | | 17,37 | 10,44 | 67,42 | 442,51 | 0,326 | 70,42 | 0,016 | 3,82 | 139,3 | 317,33 | 113,26 |

16.12.21

КОЛ-ВО ЧЕЛ. 39



МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ ЛЬГОТНОЙ КАТЕГОРИИ

МБОУ ООШ N 2

ОБЕД:

- | | | |
|----|--------------------------|-------|
| 1. | Свекольник | 250 |
| 2. | Тунцы | 50/30 |
| 3. | Каша рисовая / гречневая | 100 |
| 4. | Тай с сахаром | 200 |
| 5. | Хлеб рж | 25 |
| 6. | | |
| 7. | | |

16.12.21

МЕНЮ

кол-во 12 чел.

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор А.В.А.
В.В.Абрамова

ГПД при МБОУ ООШ N 2

ОБЕД

1. Свекольник 250
2. Турец 50/30
3. Каша рассыпч. (гречневая) 100
4. Чай с сахаром 200
5. Хлеб рж 20
- 6.
- 7.

ПОЛДНИК

4. Булочке „Росинка“ 50
5. Чай с сахаром 200
- 6.
- 7.