



**09.11.2022г**  
**Завтрак 5-9 класс**

№ рец. по сборнику 2015 г	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции и, 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	
TK	Шницель из свинины	75	9,94	8,21	35,13	246,1	0,04	0,7	0,03	1,1	32,82	82,83	17,16	1,14	
171	Каша рассыпчатая (гречневая)	100/5	29,75	6	17,3	171	0,21	-	-	0,6	14,82	203,93	135,83	4,56	
376	Чай с сахаром	200	0,3	0	15	60	0,004	1,4	0,004	-	9,8	8,6	1,6	0,2	
ПР	Хлеб ржаной	21	8,01	2,68	42,75	250,1	-	-	-	-	-	-	-	-	
	<b>Итого</b>					<b>566</b>									

С6-А: 3244



09.11.2022г.

**Завтрак для учеников льготной категории и ГПД**

№ 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	Fe		
102	Суп картофельный с бобовыми	250	7,82	12,83	34,27	285	0,21	1,17	0,05	0,7	152,76	230,31	60,6	1		
260	Гуляш	50/30	0,07	0,02	15	60	-	0,03	-	-	11,1	2,8	1,4	0		
ПР	Макаронные изделия отварные	100	3	0,38	18,4	89,06	0,04	-	-	0,5	8,76	33,14	12,5	8		
376	Чай с сахаром	200	0,83	0,17	7,5	38	0,06	38	0,01	0,2	35	17	11			
ПР	Хлеб ржаной	19	2,4	16	12,1	89,1										
	<b>Итого</b>		20,54	21,96	91,27	<b>648,56</b>	0,28	11,2	0,05	1,2	191,54	344,25	92,33	4		

*масса еды: сж - п 2922*

**Полдник ГПД**

№ 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		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14			
ПР	Печенье	35	0,83	0,17	7,5	38	0,06	38	0,01	0,2	35	17	11			
376	Чай с сахаром	200	5,8	7,38	-	90	0,008	0,175	0,06	0,1	220	125	8,75			

*ГПД сж - п 3541*