





## Обед для учащихся льготных категорий и ГПД

04.04.2023г.

| № 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    |
| 88                        | Щи из свежей капусты                | 250             | 2.3                  | 2.5   | 15.9  | 95                             | -             | -    | -   | -   | 135                       | -     | -     |
| 204                       | Макаронные изделия отварные с сыром | 100\15          | 0,9                  | 12,8  | 0,98  | 123,9                          |               |      |     |     |                           |       |       |
| 376                       | Чай с сахаром                       | 200             | 3                    | 0,38  | 18,4  | 89,06                          | 0,04          | -    | -   | 0,5 | 8,76                      | 33,14 | 12,58 |
| ПР                        | Хлеб ржаной                         | 21              | 2,9                  | 3,0   | 13,9  | 132,1                          |               |      |     |     |                           |       |       |
|                           | <b>Итого</b>                        |                 | 35,33                | 34,67 | 67,58 | <b>793,06</b>                  | 0,244         | 8,18 | 0,2 | 3,8 | 469,1                     | 540,1 | 90,49 |

## 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                         | 2                              | 3               | 4                    | 5   | 6    | 7                              | 8             | 9  | 10 | 11 | 12                        | 13 | 14 |
| ПР                        | Печенье                        | 35              | 2,3                  | 2,5 | 15,9 | 95                             | -             | -  | -  | -  | 135                       | -  | -  |
| 376                       | Чай с сахаром                  | 200             | 0,4                  | 0,4 | 9,8  | 47                             | 0,03          | 10 | -  | -  | 16                        | 11 | 9  |