



04.05.2023г.

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			
210	Омлет натуральный	80	0,7	4,03	4,25	53,9	0,16	0,7	0,083	54,	50,	67	17,76	2,9			
ТК	Бутерброд с сыром	22/15	26,13	5,8	33,7	25,4	0,14	18,	-	0,1	36,	86,6	27,75	2			
376	Чай с сахаром	200	0,3	0	74	60	-	2,8	-	0,0	14,	4,4	2,4	0,3			
	<b>Итого</b>					<b>389,4</b>		3		1	2			6			



Полтава ГП

№	Наименование	Масса	Б	Ж	У	Э	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	Омлет натуральный	80	0,7	4,03	4,25	53,9	0,16	0,7	0,083	54,	50,	67	17,76	2,9
ТК	Бутерброд с сыром	22/15	26,13	5,8	33,7	25,4	0,14	18,	-	0,1	36,	86,6	27,75	2
376	Чай с сахаром	200	0,3	0	74	60	-	2,8	-	0,0	14,	4,4	2,4	0,3
	<b>Итого</b>					<b>389,4</b>		3		1	2			6



**Обед для учащихся льготных категорий и ГПД  
04.05.2023**

№ 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	Мg
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
111	Суп с макарон.изделиями	250	2,3	2,5	15,9	95	-	-	-	-	135	-	-
281	Плов из птицы	100\50	4,8	3,54	0,54	118,6	0,06	1,59	0,02	-	152,2	124,56	21,34
376	Чай с сахаром	200	3	0,38	18,4	89,06	0,04	-	-	0,5	8,76	33,14	12,58
ИПР	Хлеб ржаной		2,9	3,0	13,9	132,1							
	<b>Итого</b>		<b>35,33</b>	<b>34,67</b>	<b>67,58</b>	<b>793,06</b>	<b>0,244</b>	<b>8,18</b>	<b>0,2</b>	<b>3,8</b>	<b>469,1</b>	<b>540,1</b>	<b>90,49</b>

**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	Са	Р	Мg
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
425	Булочка дорожная	50	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