

Согласовано

Директор МБОУ



Меню дня \_\_\_\_\_ 16 апр 2021

Возрастная категория: Школьники 7-10 лет



№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			Цена	
			белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg		Fe
<b>ЗАВТРАК</b>															
344	Рыбный биточек	60	12,50	6,56	8,79	141,41	0,15	3,72	0,03	0,82	25,45	110,84	18,76	0,80	41,94
174	Картофель в молоке	150	4,65	6,30	23,10	168,00	0,17	19,20	0,02	2,25	66,00	114,00	34,50	1,20	17,5 Р
112	СВЕЖИЙ ОГУРЕЦ	150	0,60	0,60	14,70	70,50	0,05	15,00	0,00	0,30	24,00	16,50	13,50	3,30	10,5 Р
493	напиток из шиповника	200	0,20	0,00	15,02	58,76	0,00	0,10	0,00	0,00	14,58	0,00	1,04	0,86	1,5 Р
103	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33	1,5 Р
109	Хлеб ржаной	20	1,40	0,22	9,26	43,20	0,04	0,00	0,00	0,28	7,00	21,60	4,40	0,5	1,5 Р
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>23,71</b>	<b>15,01</b>	<b>87,09</b>	<b>575,94</b>	<b>0,45</b>	<b>38,84</b>	<b>0,05</b>	<b>4,12</b>	<b>147,27</b>	<b>314,4</b>	<b>85,52</b>	<b>7,40</b>	<b>87 Р</b>

Возрастная категория: Родительская плата

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			Цена	
			белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg		Fe
<b>ЗАВТРАК</b>															
344	Зразы рыбные рубленые	40	7,97	7,02	2,32	104,36	0,04	0,12	0,02	0,04	17,78	55,11	3,14	0,70	26,88
174	Картофель в молоке	150	4,65	6,30	23,10	168,00	0,17	19,20	0,02	2,25	66,00	114,00	34,50	1,20	17,5 Р
493	чай с/сах	200	0,20	0,00	15,02	58,76	0,00	0,10	0,00	0,00	14,58	0,00	1,04	0,86	1,5 Р
108	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33	1,5 Р
109	Хлеб ржаной	20	1,40	0,22	9,26	43,20	0,04	0,00	0,00	0,28	7,00	21,60	4,40	0,75	1,5 Р
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>23,71</b>	<b>15,01</b>	<b>87,09</b>	<b>575,94</b>	<b>0,45</b>	<b>38,84</b>	<b>0,05</b>	<b>4,12</b>	<b>147,27</b>	<b>314,4</b>	<b>85,52</b>	<b>7,40</b>	<b>100 Р</b>

Возрастная категория: Школьники 11-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			Цена	
			белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg		Fe
<b>ЗАВТРАК</b>															
344	рыбный биточек	70	14,58	7,65	10,25	164,98	0,17	4,34	0,03	0,96	29,68	130,91	2,88	0,93	41,5 Р
174	Картофель в молоке	200	6,20	8,40	30,80	224,00	0,22	25,60	0,02	3,00	88,00	152,00	46,00	1,20	13,5 Р
112	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	150	0,72	0,72	17,64	84,60	0,05	18,00	0,00	0,36	28,80	19,50	16,20	3,96	23,1 Р
493	нап из шиповника	200	0,20	0,00	15,02	58,76	0,00	0,10	0,00	0,00	14,58	0,00	1,04	0,86	1,5 Р
108	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33	2,5 Р
109	Хлеб ржаной	35	2,46	0,38	15,20	75,80	0,06	0,00	0,00	0,49	12,25	55,30	16,45	1,37	4,20 Р
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>26,32</b>	<b>17,27</b>	<b>101,73</b>	<b>664,34</b>	<b>0,53</b>	<b>45,04</b>	<b>0,05</b>	<b>5,08</b>	<b>174,52</b>	<b>376,11</b>	<b>104,07</b>	<b>8,39</b>	<b>80,4 Р</b>

Возрастная категория: 1-4 кл ОВЗ Общее

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			Цена	
			белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg		Fe
<b>ОБЕД</b>															
24	кнели куриные	80	15,94	14,03	4,63	208,72	0,08	0,23	0,03	0,08	35,57	110,22	16,29	1,40	19,5 Р
26	пюре гороховое	150	4,26	8,40	30,14	212,91	0,06	0,90	0,00	0,12	96,03	46,85	16,02	0,47	13,3 Р
42	Напиток из свеж ягод	200	0,68	0,28	20,76	88,20	0,02	100,00	0,00	0,76	21,34	3,44	3,44	0,64	12,4 Р
0	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	0,42	46,76	0,02	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	5,60	0,22	1,5 Р
0 1	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	0,96	91,96	0,04	0,00	0,00	0,36	9,20	42,40	10,00	1,24	1,5 Р
23	Суп картофельный с вермишелью	250	2,20	4,40	12,40	99,00	0,05	8,38	0,00	0,03	18,80	16,85	7,32	0,75	14,2 Р
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>26,90</b>	<b>27,75</b>	<b>69,31</b>	<b>747,55</b>	<b>0,27</b>	<b>109,51</b>	<b>0,03</b>	<b>1,61</b>	<b>185,54</b>	<b>237,16</b>	<b>69,67</b>	<b>4,72</b>	<b>110,15 Р</b>

Возрастная категория: 5-11 кл ОВЗ общее

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			Цена	
			белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg		Fe
<b>ОБЕД</b>															
24	кнели куриные	90	19,13	16,84	5,56	250,46	0,10	0,28	0,04	0,10	42,68	132,27	19,66	1,68	19,5 Р
25	пюре гороховое	150	4,26	8,40	30,14	212,91	0,06	0,90	0,00	0,12	96,03	46,85	16,02	0,47	13,3 Р
42	нап из свежих ягод	200	0,68	0,28	20,76	88,20	0,02	100,00	0,00	0,76	21,34	3,44	3,44	0,64	12,4 Р
0	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	0,42	46,76	0,02	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	5,60	0,22	1,5 Р
0 1	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	0,96	91,96	0,04	0,00	0,00	0,36	9,20	42,40	10,00	1,24	1,5 Р
23	Суп картофельный с вермишелью	250	2,20	4,40	12,40	99,00	0,05	8,38	0,00	0,03	18,80	16,85	7,32	0,75	14,2 Р
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>30,09</b>	<b>30,86</b>	<b>70,24</b>	<b>789,29</b>	<b>0,29</b>	<b>109,55</b>	<b>0,04</b>	<b>1,82</b>	<b>192,65</b>	<b>259,20</b>	<b>82,93</b>	<b>5,00</b>	<b>116,4 Р</b>

гов. ир. *[Signature]*