

Согласован  
Директор М



Меню дня \_\_\_\_\_ 22.04. 2021г.



№ рецеп.	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>														
395	Гуляш из говядины	80	5,20	10,45	0,00	115,00	0,07	0,00	0,00	0,20	15,50	67,90	12,50	4,10	11,2
238	Каша гречневая рассыпчатая с луком	150	7,85	17,10	34,45	323,10	0,20	1,07	0,05	4,25	21,45	193,05	27,00	0,80	5,76
495	напиток из свежих ягод	200	3,60	3,30	25,00	144,00	0,04	1,30	0,02	0,00	124,00	110,00	27,00	0,80	2,5
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	0,30	2,4
109	Хлеб ржаной	20	1,40	0,22	9,26	43,20	0,04	0,00	0,00	0,28	7,00	31,60	6,40	0,10	12,72
109	свежие овощи	30	0,24	0,03	0,75	4,20	0,01	3,00	0,00	0,03	6,90	12,60	4,20	0,10	78,71
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>20,57</b>	<b>31,34</b>	<b>84,22</b>	<b>700,00</b>	<b>0,38</b>	<b>5,37</b>	<b>0,07</b>	<b>5,09</b>	<b>180,85</b>	<b>433,75</b>	<b>174,80</b>	<b>7,06</b>	

Род. Плата

№ рецеп.	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>														
395	котлета мясная	50	5,20	10,45	0,00	115,00	0,07	0,00	0,00	0,20	15,50	67,90	12,50	4,10	31,6
238	Каша гречневая рассыпчатая с луком	150	7,85	17,10	34,45	323,10	0,20	1,07	0,05	4,25	21,45	193,05	27,00	0,80	11,2
495	чай с сахаром	200	3,60	3,30	25,00	144,00	0,04	1,30	0,02	0,00	124,00	110,00	27,00	0,80	2,2
495	напиток из свежих ягод	200	3,60	3,30	25,00	144,00	0,04	1,30	0,02	0,00	124,00	110,00	27,00	0,80	2,5
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	0,30	2,4
109	Хлеб ржаной	20	1,40	0,22	9,26	43,20	0,04	0,00	0,00	0,28	7,00	31,60	6,40	0,10	2,4
109	Хлеб ржаной	20	1,40	0,22	9,26	43,20	0,04	0,00	0,00	0,28	7,00	31,60	6,40	0,10	2,4
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>20,57</b>	<b>31,34</b>	<b>84,22</b>	<b>700,00</b>	<b>0,38</b>	<b>5,37</b>	<b>0,07</b>	<b>5,09</b>	<b>180,85</b>	<b>433,75</b>	<b>174,80</b>	<b>7,06</b>	<b>50</b>

Школьники 11-18

№ рецеп.	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>														
395	гуляш из говядины	100	10,40	20,90	0,00	230,00	0,14	0,00	0,00	0,40	31,00	134,00	17,00	1,60	54,19
238	Каша гречневая рассыпчатая с луком	180	9,41	20,52	41,35	387,72	0,23	1,28	0,05	5,09	25,74	231,66	145,80	5,00	12,8
495	напиток из свежих ягод	200	3,60	3,30	25,00	144,00	0,04	1,30	0,02	0,00	124,00	110,00	27,00	0,80	5,76
495	чай с сахаром	200	3,60	3,30	25,00	144,00	0,04	1,30	0,02	0,00	124,00	110,00	27,00	0,80	2,5
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	0,30	2,4
109	Хлеб ржаной	35	2,46	0,38	16,20	75,60	0,06	0,00	0,00	0,49	12,25	55,30	16,45	1,30	4,2
109	Хлеб ржаной	35	2,46	0,38	16,20	75,60	0,06	0,00	0,00	0,49	12,25	55,30	16,45	1,30	4,2
109	Овощи натуральные (огурцы)	30	0,24	0,03	0,75	4,20	0,01	3,00	0,00	0,03	6,90	12,60	4,20	0,10	12,72
109	Овощи натуральные (огурцы)	30	0,24	0,03	0,75	4,20	0,01	3,00	0,00	0,03	6,90	12,60	4,20	0,10	90,47
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>28,39</b>	<b>45,37</b>	<b>98,06</b>	<b>912,02</b>	<b>0,52</b>	<b>5,58</b>	<b>0,07</b>	<b>6,34</b>	<b>205,89</b>	<b>563,06</b>	<b>214,65</b>	<b>9,30</b>	

1-4 кл. ОВЗ. общее

№ рецеп.	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	жаркое бройлеров-цыплят (курица)	200	15,94	14,03	4,63	208,72	0,08	0,23	0,03	0,08	35,57	110,22	15,29	1,40	93,07
25	сок 0,2	1	4,26	8,40	30,14	212,91	0,06	0,90	0,00	0,12	96,03	46,85	16,02	1,40	14,8
40	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,20	0,02	100,00	0,00	0,76	21,34	3,44	3,44	0,60	12,4
0	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	0,42	46,76	0,02	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,20	2,4
0	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	1,20	4,8
23	Щи из кваш. кап. С мяс. Со смет.	250	2,20	4,40	12,40	99,00	0,05	8,38	0,00	0,03	18,80	16,95	7,33	0,70	15,2
	<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>59,67</b>	<b>4,70</b>	<b>110,18</b>

5-11 кл. ОВЗ. общее

№ рецеп.	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	жаркое бройлеров-цыплят (курица)	250	19,13	16,84	5,58	250,46	0,10	0,28	0,04	0,10	42,68	132,27	17,55	1,60	98,33
25	сок 0,2	1	4,26	8,40	30,14	212,91	0,06	0,90	0,00	0,12	96,03	46,85	16,02	1,40	14,8
40	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,20	0,02	100,00	0,00	0,76	21,34	3,44	3,44	0,60	12,4
0	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	0,42	46,76	0,02	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,20	2,4
0	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	1,20	4,8
23	Суп из овощей	250	2,20	4,40	12,40	99,00	0,05	8,38	0,00	0,03	18,80	16,95	7,33	0,70	15,2
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>30,09</b>	<b>30,56</b>	<b>70,24</b>	<b>789,29</b>	<b>0,29</b>	<b>109,55</b>	<b>0,04</b>	<b>1,62</b>	<b>192,65</b>	<b>259,20</b>	<b>62,93</b>	<b>5,00</b>	<b>126,64</b>

Зав. учреждения: *[Подпись]*