

Согласовано  
 Директор МБОУ СОШ №2  
 С.А. Николаева



Меню дня \_\_\_\_\_ 27.04. 2021



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				
			белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
<b>ЗАВТРАК</b>															
18	свежий огурец	30	0,24	0,03	0,51	3,90	0,01	1,50	0,00	0,03	6,90	7,20	4,20	1,10	5,40
392	Фрикадельки мясные	80	8,80	9,36	6,24	144,00	0,04	0,08	0,01	0,48	8,00	80,90	19,40	1,20	2,95
195	греча отварная	150	2,93	9,23	14,11	152,88	0,11	31,02	0,00	0,12	55,74	47,92	19,44	3,95	1,00
509	витаминный напиток Витошка	200	0,30	0,20	25,10	103,00	0,00	3,30	0,00	0,10	11,00	7,00	5,00	1,20	5,00
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	1,30	4,00
109	хлеб ржаной	20	1,40	0,22	9,26	43,20	0,04	0,00	0,00	0,28	7,00	31,90	9,40	0,70	2,40
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>15,71</b>	<b>19,25</b>	<b>69,47</b>	<b>513,58</b>	<b>0,21</b>	<b>34,40</b>	<b>0,01</b>	<b>1,31</b>	<b>87,74</b>	<b>186,72</b>	<b>48,44</b>	<b>4,58</b>	<b>54,00</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>															
18	свежий огурец	30	0,24	0,03	0,51	3,90	0,01	1,50	0,00	0,03	6,90	7,20	4,20	1,10	5,40
392	Фрикадельки мясные	80	8,80	9,36	6,24	144,00	0,04	0,08	0,01	0,48	8,00	80,90	19,40	1,20	2,95
195	греча отварная	150	2,93	9,23	14,11	152,88	0,11	31,02	0,00	0,12	55,74	47,92	19,44	3,95	1,00
509	чай с сахаром	200	0,30	0,20	25,10	103,00	0,00	3,30	0,00	0,10	11,00	7,00	5,00	1,20	5,00
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	1,30	4,00
109	хлеб ржаной	20	1,40	0,22	9,26	43,20	0,04	0,00	0,00	0,28	7,00	31,90	9,40	0,70	2,40
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>15,71</b>	<b>19,25</b>	<b>69,47</b>	<b>513,58</b>	<b>0,21</b>	<b>34,40</b>	<b>0,01</b>	<b>1,31</b>	<b>87,74</b>	<b>186,72</b>	<b>48,44</b>	<b>4,58</b>	<b>54,00</b>

Возрастная категория: Школьники 11-18

№ 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>															
18	свежий огурец	30	0,24	0,03	0,51	3,90	0,01	1,50	0,00	0,03	6,90	7,20	4,20	1,10	5,40
392	Фрикадельки из говядины тушеные в соусе	100	11,00	11,70	7,80	180,00	0,05	0,10	0,01	0,60	10,00	101,00	19,00	1,50	40,30
195	греча отварная	180	3,51	11,07	16,94	183,46	0,13	37,22	0,00	0,14	66,89	57,38	23,30	1,10	1,80
509	витаминный напиток Витошка	200	0,30	0,20	25,10	103,00	0,00	3,30	0,00	0,10	11,00	7,00	5,00	1,20	5,00
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	1,30	4,00
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	4,00
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>19,55</b>	<b>23,59</b>	<b>80,80</b>	<b>612,56</b>	<b>0,27</b>	<b>40,62</b>	<b>0,01</b>	<b>1,66</b>	<b>106,14</b>	<b>240,19</b>	<b>67,98</b>	<b>5,68</b>	<b>64,40</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	бестроганов из говядины	80	17,81	11,37	0,00	185,98	0,10	1,07	0,00	0,00	13,52	0,00	3,00	1,90	5,80
20	макароны отварные	150	6,00	4,34	36,63	209,26	0,09	0,00	0,00	0,00	37,97	1,98	3,72	1,20	2,10
35	Напиток из черносслива	200	0,00	0,00	17,40	67,00	0,40	28,00	0,00	0,00	250,00	0,00	3,00	0,30	1,00
108	хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	0,42	45,76	0,02	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	3,70	1,30	3,70
109	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	3,70
39	щи из свежей капусты сметан с мяс	250	8,68	4,95	11,88	125,78	0,10	16,23	0,03	0,10	75,88	61,92	20,45	1,30	1,80
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>36,31</b>	<b>21,30</b>	<b>67,29</b>	<b>726,74</b>	<b>0,75</b>	<b>45,30</b>	<b>0,03</b>	<b>0,72</b>	<b>391,16</b>	<b>123,38</b>	<b>50,27</b>	<b>4,60</b>	<b>7,40</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>															
34	бестроганов из говядины	80	17,81	11,37	0,00	185,98	0,10	1,07	0,00	0,00	13,52	0,00	3,00	1,90	5,80
20	макароны отварные	200	6,00	4,34	36,63	209,26	0,09	0,00	0,00	0,00	37,97	1,98	3,72	1,20	2,10
35	напиток из черносслива	200	0,00	0,00	17,40	67,00	0,40	28,00	0,00	0,00	250,00	0,00	3,00	0,30	1,00
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	1,30	4,00
109	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	3,70
39	щи из свежей капусты сметан с мяс	250	8,68	4,95	11,88	125,78	0,10	16,23	0,03	0,10	75,88	61,92	20,45	1,30	1,80
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>36,31</b>	<b>21,30</b>	<b>67,29</b>	<b>726,74</b>	<b>0,75</b>	<b>45,30</b>	<b>0,03</b>	<b>0,72</b>	<b>391,16</b>	<b>123,38</b>	<b>50,27</b>	<b>4,60</b>	<b>7,40</b>

Зав. учебной частью  
 [Подпись]