

Согласовано

Директор МБОУ

С.Н. Николаев



Меню дня _____ 20.04. 2021г.

Возрастная категория: Школьники 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				
ЗАВТРАК																
395	котлета куриная	50	5,20	10,45	0,00	115,00	0,07	0,00	0,00	0,20	15,50	67,00	3,5	1,10	1,00	Р
204	рис отварной	150	3,21	3,21	15,78	104,48	0,08	0,53	0,00	0,00	13,29	0,00	0,00	0,00	0,00	Р
498	напиток из сухарючков	200	3,60	3,30	25,00	144,00	0,04	1,30	0,02	0,00	24,00	110,00	27,00	0,00	0,00	Р
138	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,0	0,00	0,00	Р
104	кукуруза консервированная	10	1,40	0,22	9,26	43,20	0,04	0,00	0,00	0,28	7,00	11,00	4,4	0,00	0,00	Р
6	соус	30	0,93	1,11	3,36	21,60	0,03	2,94	0,00	0,00	6,24	0,00	0,00	0,00	0,00	Р
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			16,62	18,53	68,16	498,78	0,28	4,77	0,02	0,81	172,03	228,10	49,10	0,00	0,00	Р

Возрастная категория: Родительская плата

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, м				Цена	
			белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
ЗАВТРАК																
395	котлета куриная	50	5,20	10,45	0,00	115,00	0,07	0,00	0,00	0,20	15,50	67,00	3,5	1,10	1,00	Р
204	рис отварной	150	3,21	3,21	15,78	104,48	0,08	0,53	0,00	0,00	13,29	0,00	0,00	0,00	0,00	Р
498	чай с сахаром	200	3,60	3,30	25,00	144,00	0,04	1,30	0,02	0,00	24,00	110,00	27,00	0,00	0,00	Р
138	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,0	0,00	0,00	Р
104	Хлеб ржаной	20	1,40	0,22	9,26	43,20	0,04	0,00	0,00	0,28	7,00	11,00	4,4	0,00	0,00	Р
6	соус	30	0,93	1,11	3,36	21,60	0,03	2,94	0,00	0,00	6,24	0,00	0,00	0,00	0,00	Р
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			16,62	18,53	68,16	498,78	0,28	4,77	0,02	0,81	172,03	228,10	49,10	0,00	0,00	Р

Возрастная категория: Школьники 11-18

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, м				Цена		
			белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
ЗАВТРАК																	
395	котлета куриная	100	10,40	20,90	0,00	230,00	0,14	0,00	0,00	0,40	31,00	134,00	7,0	2,20	2,00	Р	
204	рис отварной	200	4,28	4,28	21,04	139,30	0,10	0,70	0,00	0,00	17,72	0,00	0,00	0,00	0,00	Р	
498	напиток из сухарючков	200	3,60	3,30	25,00	144,00	0,04	1,30	0,02	0,00	24,00	110,00	27,00	0,00	0,00	Р	
138	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,0	0,00	0,00	Р	
104	кукуруза консервированная	10	2,46	0,38	16,20	75,60	0,06	0,00	0,00	0,49	12,25	55,50	16,4	0,00	0,00	Р	
6	соус	30	0,93	1,11	3,36	21,60	0,03	2,94	0,00	0,00	6,24	0,00	0,00	0,00	0,00	Р	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			23,95	30,21	80,36	681,00	0,41	4,94	0,02	1,22	197,21	318,80	64,63	5,15	0,00	0,00	Р

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, м				Цена		
			белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
ОБЕД																	
29	бутерброд сыр масло	65	21,16	27,50	36,34	477,40	0,12	9,20	0,04	0,28	49,36	50,00	28,00	2,14	0,00	Р	
32	омлет	105	1,66	0,08	32,98	143,46	0,04	1,62	0,00	0,00	48,30	0,00	0,00	0,00	0,00	Р	
10	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	0,42	46,76	0,02	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	3,6	0,00	0,00	Р	
21	какао на молоке	200	2,24	0,44	0,96	91,96	0,04	0,00	0,00	0,36	9,20	42,40	10,00	0,14	0,00	Р	
14	рассольник	250	9,35	6,30	15,90	157,92	0,15	19,18	0,00	0,10	30,20	58,76	20,00	2,00	0,00	Р	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			36,39	34,92	96,40	964,50	0,40	40,00	0,04	1,20	157,71	211,75	78,22	9,10	0,00	0,00	Р

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, м				Цена		
			белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
ОБЕД																	
29	омлет	115	25,39	33,00	43,61	572,88	0,14	11,04	0,05	0,34	59,20	68,00	40,00	2,80	0,00	Р	
32	какао на молоке	200	1,66	0,08	32,98	143,46	0,04	1,62	0,00	0,00	48,30	0,00	0,00	0,00	0,00	Р	
10	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	0,42	46,76	0,02	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	3,6	0,00	0,00	Р	
21	бутерброд сыр масло	110	2,24	0,44	0,96	91,96	0,04	0,00	0,00	0,36	9,20	42,40	10,00	0,14	0,00	Р	
14	рассольник с мяс. Со смет	250	9,35	6,30	15,90	157,92	0,15	19,18	0,00	0,10	30,20	58,76	20,00	2,00	0,00	Р	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			36,39	34,92	96,40	964,50	0,40	40,00	0,04	1,20	157,71	211,75	78,22	9,10	0,00	0,00	Р

зав. и.и.с.з.в.д.т.в.о.и. *[Signature]*