

Согласован  
Директор МБОУ СОШ №2  
Анколеев



29.04.2021г.



Возрастная категория: Школа  
Родительская плата

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			белки	жиры	углеводы		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
12	Бутерброды с сыром 11-й вариант	45	6,70	9,50	9,90	153,00	0,03	0,10	0,08	0,40	85,00	32,12	32,20	0,40
13	Запеканка из творога	120	24,00	25,20	23,90	424,99	0,08	0,60	0,20	0,71	297,00	147,00	43,30	1,10
444	напиток из свежих ягод	200	0,10	0,00	15,20	61,00	0,00	2,80	0,00	0,00	14,20	4,00	1,10	0,00
114	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,40	0,60	0,00
443	молоко сгущенное	25	0,01	1,59	3,93	32,62	0,01	0,18	0,01	0,03	22,30	7,40	1,20	0,01
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			16,66	25,64	74,24	595,12	0,15	5,50	0,18	1,71	52,80	261,93	71,23	0,41

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		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
ЗАВТРАК															
12	Бутерброды с сыром 11-й вариант	45	6,70	9,50	9,90	153,00	0,03	0,10	0,08	0,40	85,00	32,12	32,20	0,40	
13	Запеканка из творога	120	24,00	25,20	23,90	424,99	0,08	0,60	0,20	0,71	297,00	147,00	43,30	1,10	
444	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,20	61,00	0,00	2,80	0,00	0,00	14,20	4,00	1,10	0,00	
114	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,40	0,60	0,00	
443	молоко сгущенное	25	0,01	1,59	3,93	32,62	0,01	0,18	0,01	0,03	22,30	7,40	1,20	0,01	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			16,66	25,64	74,24	595,12	0,15	5,50	0,18	1,71	52,80	261,93	71,23	0,41	

Возрастная категория: 1-4 кл. ОБЗ общее

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				Цена
			белки	жиры	углеводы		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
ЗАВТРАК															
12	Бутерброды с сыром 11-й вариант	45	6,70	9,50	9,90	153,00	0,03	0,10	0,08	0,40	85,00	32,12	32,20	0,40	
13	Запеканка из творога	150	32,00	33,60	31,86	490,00	0,10	0,90	0,26	0,94	396,00	192,00	51,00	1,30	
444	напиток из свежих ягод	200	0,10	0,00	15,20	61,00	0,00	2,80	0,00	0,00	14,20	4,00	1,10	0,00	
114	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,40	0,60	0,00	
113	Хлеб ржаной	35	2,46	0,33	16,20	75,60	0,06	0,00	0,00	0,49	12,25	35,20	0,21	0,00	
443	хлеб пшени	30	0,01	1,91	4,71	39,15	0,01	0,22	0,01	0,03	21,00	30,10	0,60	0,00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			21,18	31,95	86,96	720,30	0,21	6,33	0,23	2,22	96,31	350,91	95,80	4,23	

Возрастная категория: 5-11 кл. ОБЗ общее

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				Цена
			белки	жиры	углеводы		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
ОБЕД															
16	филе куриное в соусе	80	12,64	8,95	8,00	166,40	0,18	10,71	0,06	2,51	19,60	254,35	54,00	2,00	
20	капуста тушеная	150	3,29	8,22	21,69	174,36	0,17	25,43	0,00	0,12	41,61	74,20	28,00	0,30	
11	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	27,88	109,76	0,02	4,00	0,00	0,08	14,86	4,42	1,10	0,00	
114	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	0,42	46,76	0,02	0,00	0,00	0,26	4,60	7,40	0,10	0,00	
11	суп пюре картофельный	40	2,24	0,44	0,96	91,96	0,04	0,00	0,00	0,36	9,20	12,40	0,30	0,00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			19,91	17,98	58,95	589,24	0,43	40,14	0,06	3,33	89,92	491,95	116,80	2,30	

Возрастная категория: 12-17 кл. ОБЗ общее

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				Цена
			белки	жиры	углеводы		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
ОБЕД															
16	филе куриное в соусе	100	16,43	11,65	10,40	216,32	0,24	13,93	0,07	3,27	25,54	321,10	71,00	2,70	
20	капуста тушеная	180	6,20	8,40	30,80	224,00	0,22	25,60	0,02	3,00	86,00	152,10	42,00	0,40	
11	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	27,88	109,76	0,02	4,00	0,00	0,08	14,86	4,42	1,10	0,00	
114	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	0,42	46,76	0,02	0,00	0,00	0,26	4,60	7,40	0,10	0,00	
11	суп пюре картофельный	250-10	2,24	0,44	0,96	91,96	0,04	0,00	0,00	0,36	9,20	12,40	0,30	0,00	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			26,61	20,85	70,46	686,80	0,54	43,53	0,09	6,97	272,20	677,50	140,40	3,50	

Зав. пищеб.

