



Меню дня 17.05. 2021



Возрастная категория:

№ 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	
	ЗАВТРАК	30	0,93	1,11	3,36	21,60	0,03	2,94	0,00	0,00	6,24	0,30	0,30	1,11	0,40
35*	кнели куриные	50	14,24	14,00	11,44	228,80	0,07	0,00	0,03	0,40	31,20	148,00	20,60	2,34	1,11
45*	салат томатный	20	0,29	0,48	1,85	12,94	0,00	0,54	0,00	0,05	1,96	5,36	2,70	0,11	0,30
45*	макароны отварные	150	8,55	7,85	37,08	253,05	0,21	0,00	0,05	0,30	14,25	20,26	4,20	1,11	0,40
45*	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,30	19,50	4,20	0,30	0,40
45*	Хлеб ржаной	20	1,40	0,22	9,26	43,20	0,04	0,00	0,00	0,28	7,00	31,60	4,20	0,30	0,40
45*	чай с лимоном	200	0,70	0,30	22,80	97,00	0,00	70,00	0,00	0,00	12,00	3,30	0,30	1,11	0,40
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		27,46	23,09	97,19	705,49	0,36	70,54	0,08	1,68	72,41	410,11	175,46	9,51	3,70

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	
	ЗАВТРАК	30	0,93	1,11	3,36	21,60	0,03	2,94	0,00	0,00	6,24	0,30	0,30	1,11	0,40
35*	кнели куриные	50	14,24	14,00	11,44	228,80	0,07	0,00	0,03	0,40	31,20	148,00	20,60	2,34	1,11
45*	салат томатный	20	0,29	0,48	1,85	12,94	0,00	0,54	0,00	0,05	1,96	5,36	2,70	0,11	0,30
45*	макароны отварные	150	8,55	7,85	37,08	253,05	0,21	0,00	0,05	0,30	14,25	20,26	4,20	1,11	0,40
45*	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,30	19,50	4,20	0,30	0,40
45*	Хлеб ржаной	20	1,40	0,22	9,26	43,20	0,04	0,00	0,00	0,28	7,00	31,60	4,20	0,30	0,40
45*	чай с сахаром	200	0,70	0,30	22,80	97,00	0,00	70,00	0,00	0,00	12,00	3,30	0,30	1,11	0,40
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		27,46	23,09	97,19	705,49	0,36	70,54	0,08	1,68	72,41	410,11	175,46	9,51	3,70

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	
	ЗАВТРАК	60	0,93	1,11	3,36	21,60	0,03	2,94	0,00	0,00	6,24	0,30	0,30	1,11	0,40
35*	кнели куриные	31	17,80	17,50	14,38	285,00	0,09	0,00	0,04	0,50	39,00	185,00	21,60	2,40	1,11
45*	салат томатный	32	0,36	0,61	2,32	16,17	0,01	0,67	0,01	0,07	2,45	6,76	2,40	0,14	0,30
45*	макароны отварные	33	11,40	10,46	45,44	337,40	0,29	0,00	0,05	0,32	19,13	27,02	10,20	1,11	0,40
45*	Хлеб пшеничный	34	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,30	19,50	4,20	0,30	0,40
45*	Хлеб ржаной	35	2,46	0,38	16,20	75,60	0,06	0,00	0,00	0,40	12,25	55,30	11,40	0,30	0,40
45*	чай с лимоном	36	0,70	0,30	22,80	97,00	0,00	70,00	0,00	0,00	12,00	3,30	0,30	1,11	0,40
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		35,00	29,49	119,82	882,67	0,47	70,67	0,11	2,21	90,70	539,70	232,50	12,20	3,70

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		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
	ОБЕД	80	11,98	13,21	3,30	180,13	0,06	7,66	0,02	0,04	27,66	4,30	2,30	1,11	0,30
35*	шницель мясной	150	6,00	4,34	38,63	209,26	0,09	0,00	0,00	0,00	23,79	1,90	2,30	1,11	0,30
35*	гречка отварная	200	1,08	0,22	39,40	154,56	0,00	0,00	0,00	0,00	9,58	0,30	2,30	1,11	0,30
35*	котлет из курицы	20	1,59	0,20	0,42	46,76	0,02	0,00	0,00	0,26	4,63	17,40	6,80	1,11	0,30
35*	Хлеб пшеничный	40	2,24	0,44	0,96	91,96	0,04	0,00	0,00	0,36	9,20	42,40	17,00	1,11	0,30
35*	Хлеб ржано-пшеничный	250/10	3,25	4,55	3,00	66,55	0,00	1,33	0,00	0,00	3,05	1,23	0,30	1,11	0,30
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		46,41	25,01	142,66	1084,72	0,79	213,35	0,02	8,84	221,38	715,86	267,44	14,22	3,70

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		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
	ОБЕД	100	11,98	13,21	3,30	180,13	0,06	7,66	0,02	0,04	27,66	4,30	2,30	1,11	0,30
35*	шницель мясной	160	6,00	4,34	38,63	209,26	0,09	0,00	0,00	0,00	23,79	1,90	2,30	1,11	0,30
35*	гречка отварная	200	1,08	0,22	39,40	154,56	0,00	0,00	0,00	0,00	9,58	0,30	2,30	1,11	0,30
35*	котлет из курицы	20	1,59	0,20	0,42	46,76	0,02	0,00	0,00	0,26	4,63	17,40	6,80	1,11	0,30
35*	Хлеб пшеничный	40	2,24	0,44	0,96	91,96	0,04	0,00	0,00	0,36	9,20	42,40	17,00	1,11	0,30
35*	Хлеб ржано-пшеничный	250/10	3,25	4,55	3,00	66,55	0,00	1,33	0,00	0,00	3,05	1,23	0,30	1,11	0,30
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		26,41	23,01	84,66	754,72	0,23	13,35	0,02	8,84	81,38	73,86	27,44	4,22	3,70

Зав. каф. *[Signature]*