

Утверждено
 дир. и.к.: *Игорь*
У.А. Каримов

День: четверг
 Неделя: 2

11.02.2021

начальные классы
 Возраст: с 7 до 11 лет

№ реп.	Наименование блюда	Пищевые вещества (г)				энергетическая ценность	Витамины			Минеральные вещества (мг)				
		масса порций	Б	Ж	У		В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe	
	Завтрак													
	Сыр (порциями)	10	3	3	0	36	0	0,07	21	100	60	5,5	0,07	
175	Каша гречневая рассыпчатая	150/5	9	7	40	253	0,29	0	24	15,28	208,03	138,41	4,65	
285	Чай с лимоном	150/50	1	2	12	70	0,02	0,65	10	60,3	45	7	0,08	
1,1	Хлеб пшеничный, ржаной	30	2,7	0	18,7	94,7	0,07	0	0	9,2	34,8	13,2	0,8	
	Фрукты <i>манго</i>	174	1	0	7	34	0,05	34,2	0	31,5	15,3	9,9	0,09	
	Итого за завтрак <i>сок и компот</i>	200	16,7	12	77,7	487,7	0,43	34,92	55	216,28	363,13	174,01	5,69	

Потер: *сумм-*

(микрокал. #)

Умвертадо
Др инк: Подр-
У. А. Карорканов



День: четверг
Неделя: 2
Дети-инвалиды, ОВЗ
Возраст: с 11 до 18 лет

14.02.2021

№ реп.	Наименование блюда	масса порций	Пищевые вещества (г)				энерге- тическая ценность	Витамины			Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У	У		В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe
	Завтрак													
	Сыр (порциями)	12	3	3	0	0	36	0	0,07	21	100	60	5,5	0,07
173	Каша гречневая рассыпчатая	200/5	9	7	40	40	253	0,29	0	24	15,28	208,03	138,41	4,65
285	Чай с лимоном	150/50	1	2	12	12	70	0,02	0,65	10	60,3	45	7	0,08
1,1	Хлеб пшеничный, ржаной	50	2,7	0	18,7	18,7	94,7	0,07	0	0	9,2	34,8	13,2	0,8
	Фрукты													
	Фрукты <i>орешки</i>	238	1	0	7	7	34	0,05	34,2	0	31,5	15,3	9,9	0,09
	Итого за завтрак		16,7	12	77,7	77,7	487,7	0,43	34,92	55	216,28	363,13	174,01	5,69
	Обед													
6	Салат из белокочанной	100	1	6	6	6	82	0,02	22,98		25,9	19,04	10,34	0,35
67	Рассольник ленинградский на	250/8	13	9	14	14	192	0,12	13,87	7,62	26,23	171,85	33,68	2,58
3/234	Фрикадельки мясные пф	80	11	13	13	13	216	0,12	12,75	51,16	15,88	138,26	29,95	2
212	Отварные макаронные изделия	200												
293	Каша гречневая рассыпчатая	200	1	0	25	25	108	0,03	1	0	41,86	38	27,25	0,84
1,1	Хлеб пшеничный (для детского)	25	2,5	0	13	13	59	0,04	0	0	5,75	21,75	8,25	0,5
1,2	Хлеб ржаной (для детского пит	25	2,5	0	11	11	50	0,04	0	0	7,25	32,5	10,5	0,9
	Итого за обед		31	28	82	82	707	0,37	50,6	58,78	122,87	421,4	119,97	7,17
	Итого за день		47,7	40	159,7	159,7	1194,7	0,8	85,52	113,78	339,15	784,53	293,98	12,86

сумма: 100,00р.

Потер: 200р.

Литинкина К. Н.

Утверждено
директор: *В.В. Козлов*
У.А. Козлов

День: четверг
Неделя: 2 11.02.2021
Льготники 5-9 кл
Возраст: с 11 до 18 лет

№ реп.	Наименование блюда	масса порций	Пищевые вещества (г)			энерге- тическая ценность	Витамины			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe	
	Завтрак													
	Сыр (порциями)	12	3	3	0	36	0	0,07	21	100	60	5,5	0,07	
173	Каша гречневая рассыпчатая	200/5	9	7	40	253	0,29	0	24	15,28	208,03	138,4	4,65	
285	Чай с лимоном	150/50	1	2	12	70	0,02	0,65	10	60,3	45	7	0,08	
1,1	Хлеб пшеничный, ржаной	50	2,7	0	18,7	94,7	0,07	0	0	9,2	34,8	13,2	0,8	
	Фрукты <i>Орешки</i>	<i>293</i>	1	0	7	34	0,05	34,2	0	31,5	15,3	9,9	0,09	
	Итого за завтрак		16,7	12	77,7	487,7	0,43	34,92	55	216,28	363,13	174	5,69	
	сумма 55,00 р													

Полар: *Андрей* / *Иванович Н.А.*