

Зн. Кержаев
Знр. и.к. - 1000 -
У.А. Кержаев



День: пятница 29.01.2021
Неделя: 2
Начальные классы
Возраст: с 7 до 11 лет

№ рец.	Наименование блюда	Пищевые вещества (г)				энергетическая ценность		Витамины				Минеральные вещества (мг)			
		масса порций	Б	Ж	У	тическа	В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe		
	Завтрак														
6,2	Каша молочная из	150/4	7	7	33	223	0,14	1,17	38	123,74	181,86	34,2	1,81		
270	Плюшки московские	60	5	8	36	237	0,08	0,15	14,32	17,76	55,68	9,02	0,63		
283	Чай с сахаром	200	0	0	15	60	0	0	0	0,45	0	0	0,05		
1,1	Хлеб пшеничный, ржаной	30	2,9	0	18,9	95,6	0,09	0	0	10,2	35,8	14,2	1		
280	Кисломолочный продукт	100	3	3	5	60	0	0	10,9	0	0	0	0		
	Итого за завтрак	234	17,9	18	107,9	675,6	0,31	1,32	63,22	152,15	273,34	57,42	3,49		

Всего: 57,43р.

Потер: 1000 - (Знр. и.к. - 1000 -)

День: пятница 29.01.2021

Неделя: 2

льготники 5-9 кл

Возраст: с 11 до 18 лет

№ реп.	Наименование блюда	масса порций	Пищевые вещества (г)				энергетическая ценность		Витамины				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	Y	тическа	В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe			
	Завтрак																
6,2	Каша молочная из	200/5	7	7	33		223	0,14	1,17	38	123,74	181,86	34,2	1,81			
270	Плюшки московские	60	5	8	36		237	0,08	0,15	14,32	17,76	55,68	9,02	0,63			
283	Чай с сахаром	200	0	0	15		60	0	0	0	0,45	0	0	0,05			
1,1	Хлеб пшеничный, ржаной	50	2,9	0	18,9		95,6	0,09	0	0	10,2	35,8	14,2	1			
280	Кисломолочный продукт	100	3	3	5		60	0	0	10,9	0	0	0	0			
	Итого за завтрак	245	17,9	18	107,9		675,6	0,31	1,32	63,22	152,15	273,34	57,42	3,49			

сумма 55,00 р

Повар: Гунд- (Имелена Н.А.)



Утверждено
Гунд- (Имелена Н.А.)
У.А. Качаров

г. А. Карпенков

Дети-инвалиды, ОВЗ

Возраст: с 11 до 18 лет

Неделя: 2

№ реп.	Наименование блюда	масса порций	Пищевые вещества (г)			энергетическая ценность	Витамины			Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe	
	Завтрак													
6,2	Каша молочная из пшеничный	200/5	7	7	33	223	0,14	1,17	38	123,74	181,86	34,2	1,81	
270	Плюшки московские	60	5	8	36	237	0,08	0,15	14,32	17,76	55,68	9,02	0,63	
283	Чай с сахаром	200	0	0	15	60	0	0	0	0,45	0	0	0,05	
1,1	Хлеб пшеничный, ржаной (для	50	2,9	0	18,9	95,6	0,09	0	0	10,2	35,8	14,2	1	
	в факто	243												
280	Кисломолочный продукт	100	3	3	5	60	0	0	10,9	0	0	0	0	
	Итого за завтрак		17,9	18	107,9	675,6	0,31	1,32	63,22	152,15	273,34	57,42	3,49	
	Обед													
24	Салат из свежкы отварной	100	1	3	5	51	0,01	5,7		21,09	24,57	12,54	0,8	
53	Щи из свежей капусты со смета	250/8	2	5	8	86	0,06	25,56	7,5	31,72	41,72	18,84	0,67	
2/120	Тефтели пф , тушенная в	100	10	4	4	99	0,08	2,59	11,08	29,82	159,11	40,21	0,71	
177	Каша рисовая рассыпчатая	200	4	6	40	226	0,04	0	28	6	83,1	27	0,55	
295	Компот из яблок с витамином	200	0	0	16	67	0,01	20,2	0	6,76	4,4	3,6	0,92	
1,1	Хлеб пшеничный (для детского	25	2	0	12	59	0,04	0	0	5,75	21,75	8,25	0,5	
1,2	Хлеб ржаной (для детского пита	25	2	0	10	50	0,04	0	0	7,25	32,5	10,5	0,9	
	Итого за обед		21	18	95	638	0,28	54,05	46,58	108,39	367,15	120,94	5,05	
	Итого за день		38,9	36	202,9	1313,6	0,59	55,37	109,8	260,54	640,49	178,36	8,54	

сумма: 100,00 р.

Wshop: Gunt-

Spencer U. H.