

Неделя 2
 День 1. 15.02.2021 г.
 Для обучающихся с ОВЗ

Утверждаю
 директор школы

П.А.Марков



№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		12	13	14	15
Завтрак														
1	Сыр (порциями)	10	3	3		36		0,07	21		100	60	5,5	0,07
39,1	Биточки(котлеты) мясные* с соусом	90	11	10	12	181	0,06	0,96	18,2		34,36	117,25	23,6	0,08
33	Макаронные изделия отварные	150	6	5	36	212	0,09		24		11,14	46,2	8,16	0,83
43	Чай с молоком	150/50	1	2	12	70	0,02	0,65	10		60,3	45	7	0,08
	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3	1	28	127	0,07							0,9
Итого за Завтрак 500			24	21	88	626	0,24	1,68	73,2		205,8	268,45	44,26	1,96
Обед														
7,04	Салат из свеклы с яблоками	60	1	3	5	51	0,01	5,63			17,68	19,47	10,44	0,91
13,02	Суп картофельный с бобовыми	200	4	5	16	121	0,19	9,32			27,69	86,28	31,39	1,58
40,05	Биточки (котлеты) рыбные*	90	9	5	11	128	0,06	1,11	3		27,52	124,85	19,04	0,53
35	Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150	9	7	40	253	0,29		24		15,28	208,03	138,41	4,65
47	Инстантный витаминизированный напиток (кисель)	200			12	128		16,2			0,32			0,03
	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3	1	28	127	0,07							0,9
Итого за Обед 750			26	21	112	808	0,62	32,26	27		88,49	438,63	199,28	9
Итого за день			53	42	201	1451	0,9	33,94	100,2		320,74	807,13	281,49	11,06
ИТОГО 100 руб.														

Неделя 2
 День 1. 15.02.2021 г.
 Для обучающихся 1-4 классы и ММС

Утверждаю
 директор школы

П.А.Марков



Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		12	13	14	15
Завтрак														
1	Сыр (порциями)	10	3	3		36		0,07	21		100	60	5,5	0,07
39,1	Биточки(котлеты) мясные* с соусом	90	11	10	12	181	0,06	0,96	18,2		34,36	117,25	23,6	0,08
33	Макаронные изделия отварные	150	6	5	36	212	0,09		24		11,14	46,2	8,16	0,83
43	Чай с молоком	150/50	1	2	12	70	0,02	0,65	10		60,3	45	7	0,08
	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3	1	28	127	0,07							0,9
Итого за Завтрак			24	21	88	626	0,24	1,68	73,2		205,8	268,45	44,26	1,96
Итого за Завтрак 500														
ИТОГО 57,43 руб. 55 руб.														

