Неделя 2
День 4. 04.02.2021 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		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		12	13	14	15
Завтрак														
51	Салат из свеклы с яблоками	60	1	5	4,5	62	0,01	1,94	0		13	9	8,8	0,72
1	Сыр (порциями)	10	3	3		36		0,07	21		100	60	5,5	0,07
55,02	Омлет натуральный с маслом	140/5	15	21	3	263	0,09	0,52	292,25		107,34	240,53	18,28	2,69
42	Чай с лимоном	200			15	62		2,8			3,25	1,54	0,84	0,09
	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3	1	28	127	0,07							0,9
101,15	Фрукт	120	2	1	25	115	0,05	12			9,6	33,6	50,4	0,72
Итого за Завтрак 585			24	30	75	665	0,22	17,33	313,25		232,69	344,45	83,80	5,19
Обед														
5,04	Салат из капусты белокочанной с морковью	60	1	6	6	82	0,02	22,98			25,9	19,04	10,34	0,35
15,23	Рассольник ленинградский на мясном бульоне со сметаной	200/5	13	9	14	192	0,12	13,87	7,62		26,23	171,85	33,68	2,58
327	Говядина тушенная с овощами в соусе	170	11	14	15	235	0,13	14,88			17,81	146,32	33,18	2,12
69,01	Компот из кураги	200	1		21	90	0,02	0,8			32,33	29,2	21	0,67
77,09	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	25	2		10	50	0,04				7,25	32,5	10,5	0,9
	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3	1	28	127	0,07							0,9
Итого за Обед 710			31	30	94	776	0,40	52,53	7,62		109,52	398,91	108,7	7,52
Итого за день			55	56	154	1337	0,61	67,92	320,87		350,41	812,88	213,42	11,99
Сумма: 100 руб.														

Утверждаю
директор школы

П.А.Марков

Неделя 2
День 4. 04.02.2021 г.
Для обучающихся 1-4 классы и ММС

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		12	13	14	15
Завтрак														
51	Салат из свеклы с яблоками	60	1	5	4,5	62	0,01	1,94	0		13	9	8,8	0,72
1	Сыр (порциями)	10	3	3		36		0,07	21		100	60	5,5	0,07
55,02	Омлет натуральный с маслом	140/5	15	21	3	263	0,09	0,52	292,25		107,34	240,53	18,28	2,69
42	Чай с лимоном	200			15	62		2,8			3,25	1,54	0,84	0,09
	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3	1	28	127	0,07							0,9
101,15	Фрукт	120	2	1	25	115	0,05	12			9,6	33,6	50,4	0,72
Итого за Завтрак 585			24	30	75	665	0,22	17,33	313,25		232,69	344,45	83,80	5,19
Сумма: 57,43 руб. 55 руб														

Утверждаю
директор школы

П.А.Марков

Неделя 2
День 4. 04.02.2021 г.
Для обучающихся 5-11 кл. (РП)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		12	13	14	15
Обед														
5,04	Салат из капусты белокочанной с морковью	60	1	6	6	82	0,02	22,98			25,9	19,04	10,34	0,35
15,23	Рассольник ленинградский на мясном бульоне со сметаной	200/5	13	9	14	192	0,12	13,87	7,62		26,23	171,85	33,68	2,58
69,01	Компот из кураги	200	1		21	90	0,02	0,8			32,33	29,2	21	0,67
77,09	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	25	2		10	50	0,04				7,25	32,5	10,5	0,9
	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3	1	28	127	0,07							0,9
Итого за Обед 710			31	30	94	776	0,40	52,53	7,62		109,52	398,91	108,7	7,52
Итого за день			55	56	154	1337	0,61	67,92	320,87		350,41	812,88	213,42	11,99
Сумма: 100 руб.														