



Утверждаю  
директор школы

П.А.Марков



Неделя 2  
День 4. 08.04.2021 г.  
Для обучающихся 1-4 классы, ММС (1-4 кл.) и ММС 95-11 кл)

№ 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	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>														
51	Салат из свеклы с яблоками	60	0	3	5	49	0,01	1,94	0	0,07	12,50	13,17	7,27	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
СТО	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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>585</b>	23	29	76	652	0,22	17,33	313,25	0,07	232,69	348,84	82,29	5,19
Сумма: 57,43 руб. 55 руб														

Утверждаю  
директор школы

П.А.Марков



Неделя 2  
День 4. 08.04.2021 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		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Обед</b>														
25	Салат Степной	100	2	4	7	67	0,06	2,86	0	4,61	17,89	44,00	18,17	0,56
132,00	Рассольник ленинградский	250/10	2	5	15	119	0,08	6,70	26,70	0,29	15,05	68,38	22,50	0,84

