Утверждаю
директор школы
_____
П.А.Марков

Неделя 1
День 5. 26.02.2021 г.
Для обучающихся с ОВЗ

		Неделя:		1		Энерге-тическая ценность (ккал)	**Возраст:**		с 7 до 10 лет					
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				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														
98	Салат из капусты белокочанной	60	2	6	6	87	0,03	34,65			39,53	30,15	15,12	0,55
5,00	Рагу овощное с мясом	200	17,40	18,90	14,90	299	0,06	9,72	6,75		41,59	181,44	42.26	2,76
43	Чай с молоком	200	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		**510**	23	27	60	583	0,18	45,02	17		141,42	256,59	22,1	4,29
Обед														
7,05	Салат из свеклы отварной	60	1	3	5	51	0,01	5,8			21,46	25	12,76	0,81
19,29	Суп-лапша домашняя на мясном бульоне	200	16	10	12	200	0,09	1,77	10,15		22,35	175,47	27,27	2,83
19,41	Рыба, тушеная в томате с овощами	120	14	6	5	129	0,12	3,94	8,7		43	226,16	57,81	0,98
197,02	Картофель отварной	150	3	1	26	121	0,19	31,4			15,7	91,06	36,11	1,41
69,06	Компот из плодов яблок витаминизированный (витамин С)	200			16	67	0,01	20,2			6,76	4,4	3,6	0,92
	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3	1	28	127	0,07							0,9
Итого за Обед		**805**	39	21	102	745	0,53	63,11	18,85		116,52	554,59	148,05	8,75
Итого за день			59	46	180	1357	0,75	99,85	28,85		255,24	924,25	251,55	13,16
СУММА: 100 руб.														

Утверждаю
директор школы
_____
П.А.Марков

Неделя 1
День 5. 26.02.2021 г.
Для обучающихся 1-4 классы, ММС (1-4 кл), ММС (5-11 кл.)

			Неделя:	1		Энерге-тическая ценность (ккал)	**Возраст:**		с 7 до 10 лет					
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				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														
98	Салат из капусты белокочанной	60	2	6	6	87	0,03	34,65			39,53	30,15	15,12	0,55
5,00	Рагу овощное с мясом	200	17,40	18,90	14,90	299	0,06	9,72	6,75		41,59	181,44	42.26	2,76
43	Чай с молоком	200	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		**510**	23	27	60	583	0,18	45,02	17		141,42	256,59	22,1	4,29
СУММА: 57,43 руб. 55 руб.														

Утверждаю
директор школы
_____
П.А.Марков

Неделя 1
День 5. 26.02.2021 г.
Для обучающихся 5-11 кл. (РП)

			Неделя:	1		Энерге-тическая ценность (ккал)	**Возраст:**		с 7 до 10 лет					
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				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														
98	Салат из капусты белокочанной	60	2	6	6	87	0,03	34,65			39,53	30,15	15,12	0,55
19,29	Суп-лапша домашняя на мясном бульоне	200	16	10	12	200	0,09	1,77	10,15		22,35	175,47	27,27	2,83
43	Чай с молоком	200	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 обед		**510**	23	27	60	583	0,18	45,02	17		141,42	256,59	22,1	4,29
СУММА: 30 руб.														