Утверждаю
директор школы
П.А.Марков

Неделя 1
День 5. 26.03.2021 г.
Для обучающихся с ОВЗ

| № 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 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| 39 | Салат Школьный | 60 | 1 | 7 | 6 | 98 | 0,04 | 4,40 | 0 | 3,78 | 27,32 | 40,51 | 17,95 | 0,94 |
| 143 | Рагу из овощей в томатном соусе с мясом | 200 | 17 | 23 | 26 | 386 | 0,21 | 9,72 | 6,75 | | 41,59 | 181,44 | 42.26 | 2,76 |
| 377 | Кисель из концентрата «Валетек» | 200 | 0,20 | | 4 | 16 | 0,12 | 6,0 | 0 | 7 | 0,24 | 0,46 | 0,18 | 0,00 |
| СТО | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 3 | 1 | 28 | 127 | 0,07 | | | | | | | 0,9 |
| **Итого за Завтрак 510** | | | 21 | 31 | 63 | 627 | 0,44 | 20,12 | 7 | 10,8 | 69,15 | 222,41 | 18,1 | 4,60 |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |
| 64 | Салат из свеклы отварной | 100 | 1 | 6 | 5 | 84 | 0,01 | 1,9 | 0 | 3,76 | 34,61 | 32 | 18,65 | 1,20 |
| 148 | Суп лапша-домашняя | 250 | 4 | 5 | 12 | 98 | 0,02 | 1,37 | 3,75 | 0,03 | 11,61 | 35,19 | 8,75 | 0,45 |
| 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 |
| 203 | Картофель отварной с маслом | 180/4 | 3 | 4 | 26 | 159 | 0,15 | 7,3 | 23,08 | 0,23 | 16,9 | 90,86 | 37,73 | 1,48 |
| 631 | Компот из свежих плодов | 200 | 0,2 | 0,1 | 17 | 68 | 0,01 | 1,6 | | 0,08 | 6,03 | 3,8 | 3,1 | 0,80 |
| СТО | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 3 | 1 | 28 | 127 | 0,07 | | | | | | | 0,9 |
| **Итого за Обед** | | **904** | 25 | 22 | 93 | 665 | 0,38 | 16,06 | 35,53 | 4,1 | 112,13 | 388,15 | 126,07 | 5,81 |
| **Итого за день** | | | 46 | 53 | 156 | 1292 | 0,82 | 36,18 | 42,53 | 14,9 | 181,28 | 610,56 | 144,17 | 10,41 |
| **Сумма: 100 руб.** | | | | | | | | | | | | | | |

Утверждаю
директор школы

П.А.Марков

Неделя 1
День 5. 26.03.2021 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 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | |
| 39 | Салат Школьный | 60 | 1 | 7 | 6 | 98 | 0,04 | 4,40 | 0 | 3,78 | 27,32 | 40,51 | 17,95 | 0,94 |
| 143 | Рагу из овощей в томатном соусе с мясом | 200 | 17 | 23 | 26 | 386 | 0,21 | 9,72 | 6,75 | | 41,59 | 181,44 | 42.26 | 2,76 |
| 377 | Кисель из концентрата «Валетек» | 200 | 0,20 | | 4 | 16 | 0,12 | 6,0 | 0 | 7 | 0,24 | 0,46 | 0,18 | 0,00 |
| СТО | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 3 | 1 | 28 | 127 | 0,07 | | | | | | | 0,9 |
| **Итого за Завтрак 510** | | | 21 | 31 | 63 | 627 | 0,44 | 20,12 | 7 | 10,8 | 69,15 | 222,41 | 18,1 | 4,60 |
| **Сумма: 57.43 руб., 55 руб.** | | | | | | | | | | | | | | |

Утверждаю
директор школы

П.А.Марков

Неделя 1
День 5. 26.03.2021 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 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | |
| 64 | Салат из свеклы отварной | 100 | 1 | 6 | 5 | 84 | 0,01 | 1,9 | 0 | 3,76 | 34,61 | 32 | 18,65 | 1,20 |
| 148 | Суп лапша-домашняя | 250 | 4 | 5 | 12 | 98 | 0,02 | 1,37 | 3,75 | 0,03 | 11,61 | 35,19 | 8,75 | 0,45 |
| 631 | Компот из свежих плодов | 200 | 0,2 | 0,1 | 17 | 68 | 0,01 | 1,6 | | 0,08 | 6,03 | 3,8 | 3,1 | 0,80 |
| СТО | Хлеб пшеничный витаминизированный | 50 | 3 | 1 | 28 | 127 | 0,07 | | | | | | | 0,9 |
| **Итого за Обед** | | **904** | 25 | 22 | 93 | 665 | 0,38 | 16,06 | 35,53 | 4,1 | 112,13 | 388,15 | 126,07 | 5,81 |
| **Итого за день** | | | 46 | 53 | 156 | 1292 | 0,82 | 36,18 | 42,53 | 14,9 | 181,28 | 610,56 | 144,17 | 10,41 |
| **Сумма: 30 руб.** | | | | | | | | | | | | | | |