



Кравцова Н.В. Кравцова.
2024 г.

МЕНЮ на 02 октября
1-4 класс

№ рецептуры	наименование блюд	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			энергетическая ценность (ккал)	витамины	минералы (мг)			витамины	минералы (мг)						
			Б	Ж	У			В1	С	А		Е	Ca	P	Mg	Fe		
						день												
71	помидор свежий в нарезке	60	0,55	0,1	1,9	11	0,05	5	0	0	0	0	18,73	0	7	0,3		
140	суп на курином бульоне	200	9	11	24	195	0	0,95	0	0	0	0	27,3	0	27,2	0,73		
290	птица тушеная в красном соусе	90	7,8	8	11,1	150	0,06	9,71	43	0	0	0	31,5	132,9	33,2	1,6		
321	капуста тушеная	150	1,01	3,48	4,52	113,53	0,03	17,5	0	0	0	0	58	0	0	0,8		
356	кисель	200	0,31	0	19,6	160	0	15	0	0	0	0	29,5	0	1	0		
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	57,68	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,04	0	0	0	0,52	0	9,2	34,8	13,2	0,3		
125	фрукт (банан)	100	1,25	0,76	14,7	49	0,03	0,6	0,02	0	0	0	119	91	14	1		
	ИТОГО:	850	24,18	23,94	102,46	806,53	0,21	48,76	43	0,52	0,52	293,23	258,7	95,6	4,73			



меню на 02 октября

5-11класс

№ рецептуры	наименование блюда	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)		энергетическая ценность (ккал)	витамины		минералы		витамины	минералы		минералы
			Б	Ж		В1	С	А	Е		Fe	Ca	
25	салат "степной"	100	1,25	1,5	60	0,05	9,63	0	0,82	18,73	0	0	7
140	суп на курином бульоне	240	10,6	9,5	173	0	0,95	0	0,73	27,3	0	0	27,2
290	птица тушенная в красном соусе	100	9,76	10,5	185	0,06	9,71	43	1,6	31,5	0	0	33,2
321	капуста тушенная	150	1,01	6,48	113,53	0,03	17,5	0	1,2	58	0	0	0
356	кисель	200	0,31	0	160	0	15	0	0	29,5	0	0	1
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	57,68	0	0	0	0,4	0	0	0	0
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	70,32	0,04	0	0	0,52	9,2	0,3	34,8	13,2
	итого:	840	27,19	28,58	819,53	0,18	52,79	43	5,05	174,23	0,52	167,7	81,6



меню на 02 октября

ОВЗ

№ реце птур ы	наименование блюда	масса порци и (г)	пище вые вещества		энергетич еская ценность (ккал) День	витами н В1	витами н С	витами н А	витами н Е	витами н Р	минерал ы Са	минерал ы Р	минерал ы Mg	минерал ы Fe
			(г) Б	(г) Ж										
				завтрак										
	суп молочный													
40	гречневый	200	12,65	14,84	35,2	0,09	6,6	0	0	19,68	53,32	21,6	0,87	
376	чай сладкий	200	0,07	0,02	15	0	0	0	0	6	0	0	0,4	
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	0,04	0	0	0	0	0	0	0	
	итого :	430	15	15,1	64,96	0,13	6,6	0	0	25,68	53,32	21,6	1,27	
				ОБЕД										
25	салат степной	100	1,25	1,5	3,3	0,02	5,95	0	0	18,73	0	12,07	0,49	
	суп на курином													
140	бульоне	200	10,6	9,5	30,8	0	0,95	0	0	27,3	0	27,2	0,73	
	птица тушеная в													
290	красном соусе	100	9,76	10,5	31,2	0,08	12,9	53,75	0	42	166,13	44,2	2,13	
321	капуста тушеная	150	1,01	6,48	4,52	0,04	25,5	0	0	87	0	0	1,2	
356	кисель фруктовый	200	0,31	0	19,6	0	15	0	0	29,5	0	1	0	
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	0	0	0	0	0	0	0	0	
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	0,04	0	0	0	0	0	0	0	
	итого :	800	27,19	28,58	116,06	0,18	60,3	53,75	0	204,53	166,13	84,47	4,55	