



меню на 07 февраля  
1-4 класс

№ рецептур ы блюд	наименование	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)		энергетическая ценность (ккал)	витамины			минералы									
			Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Fe	Ca	Р	минералы (мг)	минералы (мг)			
					день													
2011	салат из моркови с яблоком	60	3	1,9	16	0	28,5	36,7	0	0	19,32	17,7	7,08					
102	суп гороховый	200	4,39	4,22	13,06	0,18	4,65	0	0,45	30,46	69,74	28,24						
246	гуляш из говядины (1 категория)	90	8,48	13,5	25	0,07	5,07	1,49	0,85	27,7	98	19,5						
301	рис отварной чай черный сладкий витаминизированный	150	4	4	21	0	0	0	0	140,76	392	115						
376	2 хлеб ржаной	200	0,07	0,02	15	0	0	0	0	6	0	0						
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	0,04	0	0	0,52	9,2	34,8	13,2						
	Итого:	750	24,2	24,24	116,7	0,29	38,22	38,19	2	233,44	612,24	183,02						



меню на 07 февраля  
 5-11класс

№ рецептуры	наименование блюд	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)		энергетическая ценность (ккал)	витамины			минералы (мг)				
			Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Fe	Ca	P
8	салат "морковный"	100	0,58	3,11	3,3	0,06	3,29	0	1,57	0,66	25,38	51,84	35,72
102	суп гороховый	240	6,5	6,9	13,06	0,18	4,65	0	0	0,45	30,46	69,74	28,24
246	гуляш из говядины (1категории)	100	11,3	12,95	25	0,07	5,07	1,49	2,25	0,85	27,7	98	19,5
301	рис отварной	150	6	6	33	0	0	0	0	0	140,76	392	115
376	чай сладкий	200	0,07	0,02	15	0	0	0	0	0	6	0	0
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	0	0	0	0	0,4	0	0	0
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	0,04	0	0	0,52	0,3	9,2	34,8	13,2
	Итого:	800	28,71	29,58	116	0,35	13,01	1,49	4,34	2,66	239,5	646,38	211,66



меню на 07 февраля  
ОВЗ

№ реце- птур ы	наименование блюд	масса порции (г)	пище вые вещества		энергетич есная ценность (ккал) день	ВИТАМИН			ВИТАМИН			минерал		минерал			
			(г)	(г)		ы	ы	ы	ы	ы	ы	ы	ы	ы	ы		
		Б	Ж	У	В1	С	А	Е	Р	Ca	Mg	Fe					
			5 -й														
			завтрак														
173	каша пшеничная молочная	200	13	14,84	32	0,127	0,87	0	0	133,7	0	42,2	0	2,15			
376	чай сладкий	200	0,07	0,02	15	0	0	0	0	6	0	0	0	0,4			
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	0,04	0	0	0	0	0	0	0	0			
	ИТОГО :	430	15,35	15,1	61,76	0,167	0,87	0	0	139,7	0	42,2	0	2,55			
			ОБЕД														
8	салат " морковный "	100	0,58	3,11	3,3	0,06	3,29	0	1,57	25,38	0	35,72	0	0,66			
102	суп гороховый	200	6,5	6,9	13,06	0,18	4,65	0	0	30,46	0	28,24	0	1,62			
245	гуляш ( из мяса кур )	100	10,3	10,3	10	0,06	9,71	0	0	31,5	0	33,2	0	1,6			
301	рис отварной	150	6	6	33	0	0	0	0	140,76	0	115,215	0	1,6			
376	чай сладкий	200	0,07	0,02	15	0	3,34	0	0	122	0	14	0	0,56			
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	0	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	0			
125	яблоко	100	0,6	0,6	14,7	0,04	5	0	0,33	25	0	14,17	0	0,5			
	ИТОГО :	900	28,31	27,53	115,7	0,38	25,99	0	1,9	375,1	0	603,665	0	6,54			