



меню на 10 февраля
1-4 класс

№ реце птур ы	наименование блюда	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)		энергети ческая ценность (ккал)	витамины			минералы					
			Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Fe	Ca	Р	минералы (мг)
47	салат из квашенной капусты	60	1,04	0,5	5,12	15,35	0,05	5	0	0,3	18,73	0	0	7
103	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	3,31	4,15	12,11	195	0,09	6,6	0	0,85	19,68	53,32	21,6	
268	КОТЛЕТА	90	9,04	12	28	230	0,08	0,12	23	1	35	133,1	25,7	
302	ГРЕЧКА	150	3,46	4,69	12,84	110,45	0	0	0	0	3,8	15,57	0	81
945	РАССЫПЧАТАЯ какао с молоком	200	3	1,6	16,4	91	0,01	1,08	0	0,6	6,4	3,6	0	
7117	2 хлеб ржаной хлеб пшеничный	20 30	1,98 2,28	0,36 0,24	11,88 14,76	57,68 70,32	0 0,04	0 0	0 0	0,6 0,52	0,4 0,3	15 9,2	4,4 34,8	14,16 13,2
125	фрукт (банан)	100	1,25	0,76	14,7	49	0,03	0,6	0,02	1	119	91	14	
	ИТОГО:	850	25,36	24,3	115,81	818,8	0,3	13,4	23,02	1,12	8,25	238,58	320,22	176,66



меню на 10 февраля
ОВЗ

№ реце птур ы	наименование блюд	масса порции (г)	пище вые вещества (г)	пище вые вещества (г)	пище вые вещества (г)	энергетич еская ценность (ккал)	витами ы B1	витами ы C	витами ы A	витами ы E	минерал		минерал		минерал		
											Ж	Б	У	День	ы Ca	ы P	ы Mg
168	каша манная молочная	200	10,06	7,8	30,24	260	0,04	0	20	0	10,7	38,6	7,9	0,47			
945	чай с молоком	200	1,4	1,6	16,4	86	0	0,3	0	0	11,1	0	1,4	0,28			
14	масло сливочное	10	2,25	8,3	0,1	105	0	0	59	0	1	2	0	0			
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,04	0	0	0	22,8	40,6	9,3	0,75			
	Итого :	440	15,99	17,94	61,5	521,32	0,08	0,3	79	0							
70	салат из квашенной капусты	100	1,1	0,5	6	16	0,02	5,95	0	0	18,73	0	12,07	0,49			
103	суп с макаронными изделиями	200	4,5	5,53	23,6	200	0,09	6,6	0	0	19,68	53,32	21,6	0,87			
268	котлета	100	10,9	11,9	30	250	0,1	0,15	28,75	0	43,75	166,38	32,13	1,5			
302	гречка рассыпчатая	150	3,46	4,69	12,84	110,45	0	0	0	0	12,98	0	67,5	3,95			
495	какао с молоком	200	3	3,54	17,57	118,6	0,01	1,08	0	0	6,4	3,6	0	0,18			
	2 хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	57,68	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	0	0	0			
	Итого :	800	27,22	26,76	116,65	823,05	0,26	13,78	28,75	0	101,54	223,3	133,3	6,99			