



МЕНЮ на 18 апреля
1-4 класс

№ рецептур	наименование блюд	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			энергетическая ценность (ккал)	витамины			минералы							
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe			
						День											
47	салат из квашенной капусты	60	1,04	0,5	5,12	15,35	0,02	11,96	0	0	0	31,53	20,77	9,68	0,41		
108	суп с клецками	200	5	10	27	229,55	0	0,77	0	0,48	0	34,41	5,89	2,98	0,32		
26	рыба тушеная в красном соусе	90	9,8	8,96	15,4	184	0,1	3,35	0,01	0	0	52,11	238,46	59,77	0,96		
302	гречка рассыпчатая	150	3,46	4,69	12,84	110,45	0	0	0	0	0	12,98	0	67,5	3,95		
53	сок фруктовый	200	0,5	0,02	10,1	43	0	0	0	0	0	6	0	0	0,4		
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	57,68	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	0,52	0	9,2	34,8	13,2	0,3		
125	яблоко	100	0,6	0,6	14,7	17	0,04	5	0	0,33	0	1	25	0	14,17		
	ИТОГО :	850	24,66	25,37	111,8	727,35	0,2	21,08	0,01	1,33	324,92	147,23	153,13	20,51			



меню на 18 апреля

5-11класс

№ рецептуры	наименование блюда	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)		энергетическая ценность (ккал)	витамины		минералы		витамины	минералы		витамины	минералы		
			Б	Ж		У	В1	С	А		Е	Fe		Ca	Р	Мg
					День											
	салат из квашенной капусты	100	1,7	1	10,21	0,02	11,96	0,06	0	0,41	31,53	24	9,68			
108	суп с клецками	200	8,1	12,6	270	0	0,77	0	0,48	0,95	34,41	5,89	2,98			
	рыба тушеная в красном соусе	100	11,6	10,3	250	0,1	3,35	0,01	0	0,5	52,11	238,46	59,77			
302	гречка рассыпчатая	150	3,46	4,69	110,45	0	0	0	0	0,2	12,98	0	67,5			
53	сок фруктовый	200	0,5	0,02	60	0	3,34	0	0	0,01	122	90	14			
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	57,68	0	0	0	0	0,4	0	0	0			
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	70,32	0,04	0	0	0,52	0,3	9,2	34,8	13,2			
	Итого :	800	29,62	29,21	828,66	0,17	7,5	0,07	1	3,69	240,7	393,15	171,45			



меню на 18 апреля
ОВЗ

№ рецептуры	наименование блюда	масса порции (г)	пище вые вещества (г)		энергетическая ценность (ккал)	витамины			минералы									
			Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Ca	P	Мg	Fe				
				4-й завтрак														
168	каша манная молочная	200	10,06	7,8	30,24	157,78	0,04	0	20	0	10,7	38,6	7,9	0,47				
382	какао с молоком	200	4	3,54	17,57	118,6	0,04	1,3	0,01	0	122	90	14	0,56				
14	масло сливочное	10	2,25	8,3	0,1	95	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	0	0	0	0				
	итого :	440	18,59	19,88	62,67	441,7	0,12	1,3	79,01	0	133,7	130,6	21,9	1,03				
	салат из квашенной капусты	100	1,7	1	9	10,21	0,03	10,06	0	0	18,68	34,61	16,26	1,74				
108	суп с клецками	200	8,1	12,6	40,6	270	0	0,77	0,47	0,48	34,41	5,89	2,98	0,32				
26	рыба тушенная в соусе	100	11,6	10,3	18,7	250	0,11	3,9	0,01	0	60,08	273,4	67,3	1,1				
302	гречка рассыпчатая	150	3,46	4,69	14,8	110,45	0	0	0	0	12,98	0	67,5	3,95				
53	сок фруктовый	200	0,5	0,02	15	60	0	0	0	0	6	0	0	0,4				
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	29,62	29,21	124,74	828,66	0,18	14,73	0,48	0,48	132,15	313,9	154,04	7,51				