



меню на 08 мая
5-11класс

№ рецептуры	наименование блюд	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)		энергетическая ценность (ккал)	витамины			минералы								
			Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Fe	Ca	P	Mg			
					День												
47	салат из квашенной капусты	100	1,7	1	9	10,21	0,02	11,96	0,06	0	0,41	31,53	24	9,68			
	СУП С																
103	МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,5	5,53	23,6	180	0,09	6,6	0	0	0,85	19,68	53,32	21,6			
268	КОТЛЕТА	100	12,9	14,6	35	265	0,01	0,12	23	0	1	35	133,1	25,7			
	ГРЕЧКА																
302	РАССЫПЧАТАЯ	150	3,46	4,69	12,84	110,45	0	0	0	0	3,8	15,57	0	81			
945	какао с молоком	200	3	3,54	17,57	118,6	0,01	1,08	0	0	0,6	6,4	3,6	0			
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	57,68	0	0	0	0,6	0,4	15	4,4	14,16			
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,04	0	0	0,52	0,3	9,2	34,8	13,2			
	ИТОГО:	800	29,82	29,96	124,65	812,26	0,17	13,75	23	1,12	7,25	119,58	229,22	162,66			



меню на 08 мая

ОВЗ

№ реце птур ы	наименование блюда	масса порции (г)	пище вые вещества		энергетич еская ценность (ккал) День	витами ы		витами ы		витами ы		минерал ы		минерал ы	
			(г)	(г)		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
		Б	Ж	У											
			6-й												
			завтрак												
168	каша манная молочная	200	10,06	7,8	157,78	0,04	0	20	0	10,7	38,6	7,9	0,47		
945	чай с молоком	200	1,4	1,6	86	0	0,3	0	0	11,1	0	1,4	0,28		
14	масло сливочное	10	2,25	8,3	95	0	0	59	0	1	2	0	0		
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	70,32	0,04	0	0	0	0	0	0	0		
	Итого :	440	15,99	17,94	409,1	0,08	0,3	79	0	22,8	40,6	9,3	0,75		
				ОБЕД											
47	салат из квашенной капусты	100	1,7	1	10,21	0,02	5,95	0	0	18,73	0	12,07	0,49		
103	суп с макаронными изделиями	200	4,5	5,53	180	0,09	6,6	0	0	19,68	53,32	21,6	0,87		
268	котлета	100	12,9	14,6	265	0,1	0,15	28,75	0	43,75	166,38	32,13	1,5		
302	гречка рассыпчатая	150	3,46	4,69	110,45	0	0	0	0	12,98	0	67,5	3,95		
495	какао с молоком	200	3	3,54	118,6	0,01	1,08	0	0	6,4	3,6	0	0,18		
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	57,68	0	0	0	0	0	0	0	0		
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	70,32	0,04	0	0	0	0	0	0	0		
	Итого :	800	29,82	29,96	812,26	0,26	13,78	28,75	0	101,54	223,3	133,3	6,99		