



Меню дня 23.11

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				Цена
			белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>ЗАВТРАК</b>															
395	Сосиски, сардельки, колбаса отварная	50	5,20	10,45	0,00	115,00	0,07	0,00	0,00	0,20	15,50	67,00	8,50	0,80	21,67 Р
294	Макароны отварные	150	3,21	3,21	15,78	104,48	0,08	0,53	0,00	0,00	13,29	0,00	0,00	0,86	12,73 Р
493	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,02	58,76	0,00	0,10	0,00	0,00	14,58	0,00	2,04	0,86	4,20 Р
108	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33	2,40 Р
46	Кондитерское изделие	30	0,31	1,26	5,53	34,50	0,00	0,00	0,00	62,72	4,70	0,00	0,00	39,20	20,00 Р
109	Хлеб ржаной	20	1,40	0,22	9,26	43,20	0,04	0,00	0,00	0,28	7,00	31,60	9,40	0,78	2,00 Р
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>12,60</b>	<b>15,38</b>	<b>60,35</b>	<b>426,44</b>	<b>0,21</b>	<b>0,63</b>	<b>0,00</b>	<b>63,53</b>	<b>61,07</b>	<b>118,10</b>	<b>24,14</b>	<b>42,83</b>	<b>63,00 Р</b>

Возрастная категория: Родительская плата Дотация от предприятия ООО "ТОП" 3,00 рублей

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				Цена
			белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>ЗАВТРАК</b>															
395	Сосиски, сардельки, колбаса отварная	50	5,20	10,45	0,00	115,00	0,07	0,00	0,00	0,20	15,50	67,00	8,50	0,80	21,67 Р
294	Макароны отварные	150	3,21	3,21	15,78	104,48	0,08	0,53	0,00	0,00	13,29	0,00	0,00	0,86	12,73 Р
493	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,02	58,76	0,00	0,10	0,00	0,00	14,58	0,00	2,04	0,86	4,20 Р
108	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33	2,40 Р
46	Кондитерское изделие	30	0,31	1,26	5,53	34,50	0,00	0,00	0,00	62,72	4,70	0,00	0,00	39,20	20,00 Р
109	Хлеб ржаной	20	1,40	0,22	9,26	43,20	0,04	0,00	0,00	0,28	7,00	31,60	9,40	0,78	2,00 Р
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>12,60</b>	<b>15,38</b>	<b>60,35</b>	<b>426,44</b>	<b>0,21</b>	<b>0,63</b>	<b>0,00</b>	<b>63,53</b>	<b>61,07</b>	<b>118,10</b>	<b>24,14</b>	<b>42,83</b>	<b>63,00 Р</b>

Возрастная категория: Школьники 11-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				Цена
			белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>ЗАВТРАК</b>															
395	Сосиски, сардельки, колбаса отварная	100	10,40	20,90	0,00	230,00	0,14	0,00	0,00	0,40	31,00	134,00	17,00	1,60	25,67 Р
294	Макароны отварные с овощами	150	3,21	3,21	15,78	104,48	0,08	0,53	0,00	0,00	13,29	0,00	0,00	0,86	14,73 Р
493	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,02	58,76	0,00	0,10	0,00	0,00	14,58	0,00	2,04	0,86	4,20 Р
108	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33	2,40 Р
46	Кондитерское изделие	28	0,31	1,26	5,53	34,50	0,00	0,00	0,00	62,72	4,70	0,00	0,00	39,20	20,00 Р
109	Хлеб ржаной	40	2,46	0,38	16,20	75,60	0,06	0,00	0,00	0,49	12,25	55,30	16,45	1,37	4,20 Р
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>18,66</b>	<b>25,99</b>	<b>67,29</b>	<b>573,84</b>	<b>0,31</b>	<b>0,63</b>	<b>0,00</b>	<b>63,94</b>	<b>77,12</b>	<b>208,80</b>	<b>39,69</b>	<b>44,21</b>	<b>71,20 Р</b>

Возрастная категория: ОВЗ Школьники 7-10 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				Цена
			белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>ОБЕД</b>															
10	Шницель натуральный рубленый (говяжий)	60	16,53	14,39	8,37	226,98	0,07	0,00	0,00	0,70	39,68	29,10	5,90	2,29	41,32 Р
11	Каша рассыпчатая гречневая	150	7,65	5,70	39,44	247,61	0,32	0,00	0,00	0,00	20,75	0,00	1,07	4,80	10,40 Р
519	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97,00	0,00	70,00	0,00	0,00	12,00	3,00	3,00	1,50	7,80 Р
0	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	0,42	46,76	0,02	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	2,00 Р
0.1	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	0,96	91,96	0,04	0,00	0,00	0,36	9,20	42,40	10,00	1,24	4,20 Р
9	Борщ с капустой и картофелем	200	8,63	5,82	16,85	154,83	0,01	2,40	0,00	0,02	7,14	9,38	4,46	0,16	15,28 Р
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>37,33</b>	<b>26,85</b>	<b>88,84</b>	<b>865,14</b>	<b>0,46</b>	<b>72,40</b>	<b>0,00</b>	<b>1,33</b>	<b>93,36</b>	<b>101,28</b>	<b>31,02</b>	<b>10,21</b>	<b>81,00 Р</b>

Возрастная категория: ОВЗ Школьники 11-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				Цена
			белки	жиры	углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>ОБЕД</b>															
10	Шницель натуральный рубленый (говяжий)	70	16,53	14,39	8,37	226,98	0,07	0,00	0,00	0,70	39,68	29,10	5,90	2,29	49,30 Р
11	Каша рассыпчатая гречневая	150	7,65	5,70	39,44	247,61	0,32	0,00	0,00	0,00	20,75	0,00	1,07	4,80	12,40 Р
519	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97,00	0,00	70,00	0,00	0,00	12,00	3,00	3,00	1,50	7,80 Р
0	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	0,42	46,76	0,02	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,22	2,00 Р
0.1	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	0,96	91,96	0,04	0,00	0,00	0,36	9,20	42,40	10,00	1,24	4,20 Р
9	Борщ с капустой и картофелем	250	8,63	5,82	16,85	154,83	0,01	2,40	0,00	0,02	7,14	9,38	4,46	0,16	19,10 Р
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>37,33</b>	<b>26,85</b>	<b>88,84</b>	<b>865,14</b>	<b>0,46</b>	<b>72,40</b>	<b>0,00</b>	<b>1,33</b>	<b>93,36</b>	<b>101,28</b>	<b>31,02</b>	<b>10,21</b>	<b>94,80 Р</b>