

Меню дня

Завтрак



№ 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	
ЗАВТРАК															
306	Омлет с сосисками	150	13,07	26,64	2,82	303,53	0,11	0,36	0,27	1,07	104,12	222,36	19,41	2,30	30,60 Р
496	Какао с молоком	200	3,60	3,30	25,00	144,00	0,04	1,30	0,02	0,00	124,00	110,00	27,00	0,80	8,00 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
111	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,80	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	2,40 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
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			20,63	32,29	58,03	603,83	0,21	1,66	0,29	64,58	245,52	383,46	59,71	43,44	63,00 Р

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	
ЗАВТРАК															
306	Омлет с сосисками	150	13,07	26,64	2,82	303,53	0,11	0,36	0,27	1,07	104,12	222,36	19,41	2,30	30,60 Р
496	Какао с молоком	200	3,60	3,30	25,00	144,00	0,04	1,30	0,02	0,00	124,00	110,00	27,00	0,80	8,00 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
111	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,80	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	2,40 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	0,75	2,00 Р
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			20,63	32,29	58,03	603,83	0,21	1,66	0,29	64,58	245,52	383,46	59,71	43,44	63,00 Р

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	
ЗАВТРАК															
306	Омлет с сосисками	180	15,68	31,97	3,38	364,23	0,13	0,43	0,32	1,28	124,94	236,83	23,29	2,75	36,80 Р
496	Какао с молоком	200	3,60	3,30	25,00	144,00	0,04	1,30	0,02	0,00	124,00	110,00	27,00	0,80	8,00 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
111	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,80	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	2,40 Р
106	Хлеб ржаной	35	2,46	0,38	16,20	75,80	0,06	0,20	0,00	0,49	12,25	55,30	16,45	1,37	4,00 Р
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			24,30	37,78	65,53	696,93	0,26	1,73	0,34	85,00	271,59	451,63	70,64	44,48	71,20 Р

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	
ОБЕД															
30	Биточки из говядины	80	8,96	6,80	6,14	122,98	0,06	0,34	0,00	0,00	39,59	0,18	0,20	1,31	35,99 Р
31	Рагу из овощей	150	2,75	11,51	15,30	177,00	0,11	25,86	0,00	0,11	43,49	46,68	18,83	0,98	14,40 Р
32	Напиток из кураги	200	1,66	0,08	32,98	143,46	0,04	1,62	0,00	0,00	48,30	0,00	0,00	1,10	8,50 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
29	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6,55	7,45	15,10	154,03	0,13	16,95	0,00	0,13	31,20	52,75	21,63	1,33	15,91 Р
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			23,74	26,48	70,90	736,19	0,39	44,77	0,00	0,85	176,38	169,41	67,25	6,19	81,00 Р

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	
ОБЕД															
30	Биточки из говядины	100	11,20	8,50	7,68	153,73	0,08	0,43	0,00	0,00	49,49	0,23	0,25	1,64	43,79 Р
31	Рагу из овощей	150	2,75	11,51	15,30	177,00	0,11	25,86	0,00	0,11	43,49	46,68	18,83	0,98	14,40 Р
8	Овощи натуральные свежие (огурцы)	25	0,17	0,03	0,47	3,00	0,01	1,23	0,00	0,03	4,25	7,50	3,50	0,13	6,00 Р
32	Напиток из кураги	200	1,66	0,08	32,98	143,46	0,04	1,62	0,00	0,00	48,30	0,00	0,00	1,10	8,50 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
29	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6,55	7,45	15,10	154,03	0,13	16,95	0,00	0,13	31,20	52,75	21,63	1,33	15,91 Р
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			26,15	28,21	72,91	769,94	0,42	46,09	0,00	0,88	190,53	166,96	60,80	6,64	94,80 Р

*Зав. преем. бригад
Иригорьев И.И.*