

Меню дня *24 декабря*



№ рецепта	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															
	Масло сливочное	10	0,13	6,15	0,17	56,60	0,00	0,00	0,00	0,00	2,90	0,00	0,00	0,03	7,13 Р
213	Запеканка из творога с морковью	150	10,38	17,51	15,00	258,75	0,08	2,37	0,17	0,87	101,25	186,26	52,50	1,50	42,47 Р
494	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61,00	0,00	2,80	0,00	0,00	14,20	4,00	2,00	0,40	6,00 Р
111	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	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
440	Молоко густое с сахаром	25	0,01	1,59	3,93	32,62	0,01	0,18	0,01	0,03	22,53	17,48	2,75	0,04	3,00 Р
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			14,27	26,34	58,98	530,77	0,15	5,35	0,18	1,69	153,58	258,83	70,55	3,11	63,00 Р

Возрастная категория: Родительская плата
 Дотация от предприятия ООО "ТОП" 2,00 рублей

№ рецепта	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															
2	Масло сливочное	10	0,13	6,15	0,17	56,60	0,00	0,00	0,00	0,00	2,90	0,00	0,00	0,03	7,13 Р
213	Запеканка из творога с морковью	150	10,38	17,51	15,00	258,75	0,08	2,37	0,17	0,87	101,25	186,26	52,50	1,50	42,47 Р
494	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61,00	0,00	2,80	0,00	0,00	14,20	4,00	2,00	0,40	6,00 Р
111	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	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
440	Молоко густое с сахаром	25	0,01	1,59	3,93	32,62	0,01	0,18	0,01	0,03	22,53	17,48	2,75	0,04	3,00 Р
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			14,27	26,34	58,98	530,77	0,15	5,35	0,18	1,69	153,58	258,83	70,55	3,11	63,00 Р

Возрастная категория: Школьники 11-18 лет

№ рецепта	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															
2	Масло сливочное	10	0,13	6,15	0,17	56,60	0,00	0,00	0,00	0,00	2,90	0,00	0,00	0,03	7,13 Р
213	Запеканка из творога с морковью	150	10,38	17,51	15,00	258,75	0,08	2,37	0,17	0,87	101,25	186,26	52,50	1,50	42,47 Р
494	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61,00	0,00	2,80	0,00	0,00	14,20	4,00	2,00	0,40	6,00 Р
111	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,51	5,70	19,50	3,90	0,36	2,40 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
109	Хлеб ржаной	35	2,46	0,38	16,20	75,60	0,06	0,00	0,00	0,49	12,25	55,30	16,45	1,37	4,00 Р
440	Молоко густое с сахаром	20	0,01	1,59	3,93	32,62	0,01	0,18	0,01	0,03	22,53	17,48	2,75	0,04	6,80 Р
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			17,61	26,74	80,68	633,67	0,21	5,35	0,18	2,23	164,83	302,03	81,80	4,02	71,20 Р

Возрастная категория: ОВЗ Школьники 7-10 лет

№ рецепта	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															
48	Шницель рыбный натуральный (из полуфабрикатов) (с маслом)	80	12,64	8,96	8,00	166,40	0,18	10,71	0,06	2,51	119,65	354,85	58,07	1,42	49,90 Р
20	Картофельное пюре (с маслом)	150	3,29	8,22	21,69	174,36	0,17	25,43	0,00	0,12	41,61	72,92	28,92	1,19	16,40 Р
21	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	27,88	109,76	0,02	4,00	0,00	0,08	14,86	4,40	5,32	0,96	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
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			19,91	17,98	58,95	589,24	0,43	40,14	0,06	3,33	189,92	491,96	108,91	5,02	81,00 Р

Возрастная категория: ОВЗ Школьники 11-18 лет

№ рецепта	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															
48	Шницель рыбный натуральный (из полуфабрикатов) (с маслом)	100	15,80	11,20	10,00	208,00	0,23	13,39	0,07	3,14	149,56	443,56	72,59	1,77	60,30 Р
20	Картофельное пюре (с маслом)	180	6,20	8,40	30,80	224,00	0,22	25,63	0,02	3,00	88,00	152,00	46,00	1,60	19,80 Р
21	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	27,88	109,76	0,02	4,00	0,00	0,08	14,86	4,40	5,32	0,96	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
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			25,98	20,40	70,06	680,48	0,53	42,99	0,09	6,84	266,22	653,76	140,51	5,79	94,80 Р

Зав. прораб Шницель / Шницель 10