

Для документов
 Наименование
 6-01013

M.Π

26 « Сентября » 2024г.

Директор МБОУ «СОШ № 13» Чипизубова В.А.

менование
б. июля

Четверг Неделя 2	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (Мг)				Минеральные вещества(мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	В2	Ca	P	Mg	Fe	
№Рецепта															Цена.Руб.
День-10															
Завтрак															
54-20з-2020	Горошек зеленый	20	0.6	0.0	1.2	7.4	0,02	0,8	6	0,01	3,5	10,7	3,7	0,13	5,00
54-1о-2020	Омлет натуральный	150	12.7	18	3.3	225.5	0,06	0,3	183	0,4	110	203	17	2,1	24,00
2Пром.	Банан	150	2.3	0.0	33.6	143.4	0	13,5	4,5	0,15	7,5	33	0,45	0,45	23,00
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0.2	0	6.4	26.8	0	0,04	0,3	0,01	4,5	7,2	3,8	0,73	4,00
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3.4	0.4	22.1	105.5	0,18	0,09	0	0,14	56,25	58,05	18,45	1,62	2,00
Пром.	Хлеб ржаной	25	1.7	0.3	8.4	42.7	0,1	0,1	0	0,1	18,25	31,25	10	0,7	2,00
	Итого за завтрак	590	20,9	18,7	75	551,3	0,36	14,83	193,8	0,81	200	343,2	53,4	5,73	60,00
Обед															
54-28з-2020	Свекла отварная дольками	60	0.9	0.1	5.2	25.2	0,01	2,67	0,78	0,02	21	24	13	0,8	5,00
54-9с-2020	Суп фасолевый	200	6.8	4.6	14.4	125.9	0,1	3,72	120,8	0,05	30,4	96,2	26,8	1,3	15,00
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3.2	5.2	19.8	139.4	0,12	10,2	23,8	0,11	39	84	28	1,03	10,00
54-18м-2020	Печень говяжья по- строгановски	80	13.4	12.7	5.3	189.2	0,17	9,93	3781	1,33	31	221	14	4,59	23,00
54-3хн-2020	Компот из чернослива	200	0.5	0.2	19.4	81.3	0	0,3	1,5	0,02	18	18	22	0,67	3,00
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0.4	10	51.2	0,12	0,12	0	0,09	21,9	37,5	12	0,84	2,00
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8	0,16	0,08	0	0,12	50	51,6	16,4	1,44	2,00
	Итого за обед	760	29,8	23,5	93,8	706	0,68	27,02	3927,9	1,74	211,3	532,3	132,2	10,7	60,00
	Всего за День-10	1350	50,7	42,2	168,8	1257,3	1,04	41,85	4121,7	2,55	411,3	875,5	185,6	16,4	

Количество детей на завтрак		Ответственный по питанию	Кривош 8/13	/ФИО/
Количество детей в обед				
Количество детей в полдник		Шеф повар	Мнобизинко	/ФИО/
Всего детей				