

МКОУ Ханты-Мансийского района "ООШ им. бр. Петровых с. Реполово"

Возрастная группа: 7-11 лет (обучающиеся начальной школы)

Сезон: осенне-зимний-весенний

Дата: 16.12.2024

Неделя: 2 День недели: 1 (понедельник)

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества(1)			ЭЦ(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Завтрак															
15/М	Сыр полутвердый	20	12	4,64	5,90	0,00	72,80	0,01	0,14	57,60	0,10	176,00	100,00	7,00	0,20
175/М/ССЖ	Каша вязкая молочная из смеси круп	200	33,01	6,11	6,89	37,84	238,55	0,13	1,30	45,07	0,26	128,85	157,00	36,86	0,80
	Батон йодированный	30	4,8	2,31	0,90	15,45	80,69	0,03	0,60	0,00	1,68	6,60	25,50	9,90	0,36
377/М/ССЖ	Чай с ягодами	200	8,86	0,32	0,56	11,62	53,61	0,00	20,10	25,50	0,50	7,48	9,14	7,40	0,99
338/М	Мандарин	70	18,25	0,8	0,2	7,5	38	0,06	38	10	0,2	35	17	11	0,1
Итого за Завтрак		520	83	14,18	14,45	72,41	483,65	0,36	61,55	138,17	2,74	353,93	308,64	72,16	2,45
Обед															
39/М/ССЖ	Салат из картофеля, кукурузы, огурца солёного, моркови	60	6,74	1,05	2,30	6,38	50,56	0,04	6,07	301,20	0,98	11,48	31,23	14,18	0,43
99/М/ССЖ	Суп из овощей со сметаной	240	30,9	3,59	6,18	8,99	101,50	0,17	17,04	191,68	1,02	30,88	75,22	21,31	1,08
266/М/ССЖ	Бифштекс из говядины с соусом сметанно-томатным	120	45,66	19,12	17,70	3,33	249,48	0,66	4,15	12,00	1,57	27,52	206,92	28,94	2,80
415/К/ССЖ	Рис припущенный с овощами	150	13,38	3,49	7,72	32,83	215,27	0,06	4,00	445,00	0,40	20,22	89,90	31,35	0,79
348/М/ССЖ	Компот из кураги	200	10,65	0,78	0,05	18,63	78,69	0,02	0,60	87,45	0,83	24,33	21,90	15,75	0,51
	Хлеб пшеничный	20	1,64	1,58	0,20	9,66	47,00	0,03	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,40
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,28	2,64	0,48	15,86	79,20	0,07	0,00	0,00	0,56	11,60	60,00	18,80	1,56
	Зефир	50	12	0,23	0	24	90	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за Обед		810	124	32,48	34,63	119,68	911,7	1,05	31,86	1037,33	5,62	130,63	502,57	136,93	7,57
Итого за день		1330	207	46,66	49,08	192,09	1395,35	1,41	93,41	1175,5	8,36	484,56	811,21	209,09	10,02

Директор школы:
Кладовщик:
Повар:

