

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

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

Сезон: осенне-зимний-весенний

Дата: 18.12.2024

Неделя: 2

День недели: 3 (среда)

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества(1)			ЭЦ(ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Завтрак															
223/М/ССЖ	Залеканка из творога со сгущенным молоком	180	50,16	25,14	14,81	27,78	349,86	0,08	0,78	91,84	1,37	222,80	301,80	32,53	0,87
376/М/ССЖ	Чай с шиповником	200	6,92	0,3	0,06	12,5	53,93	0	30,1	25,01	0,11	7,08	8,75	4,91	0,94
	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
338/М	Яблоко	150	21,15	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15	7,5	0,3	24	16,5	13,5	3,3
Итого за Завтрак		560	83	28,35	16,37	70,43	555,12	0,16	46,48	124,31	3,46	260,48	852,55	60,84	5,47
Обед															
18/М/ССЖ	Салат из свежих огурцов	60	11,56	0,05	0,19	0,17	2,56	0,00	0,54	0,29	0,09	1,54	2,44	0,90	0,04
88/М/ССЖ	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	220	30,35	3,81	8,18	8,11	116,86	0,17	25,60	191,99	1,93	38,42	75,09	22,39	1,10
268/М/ССЖ	Котлета из говядины с соусом томатным	90	49,02	22,33	19,80	13,08	321,55	0,17	9,97	1980,00	4,59	31,24	253,49	37,48	3,19
202/М/ССЖ	Макароны отварные	150	3,59	5,54	4,28	35,32	202,05	0,09	0,00	22,50	0,80	12,54	45,38	8,14	0,82
349/М/ССЖ	Компот из смеси сухофруктов	200	5,42	0,59	0,05	18,58	77,94	0,02	0,60	0,00	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
338/М	Мандарин	80	19,25	0,8	0,2	7,5	38	0,06	38	10	0,2	35	17	11	0,1
Итого за Обед		820	124	34,74	30,99	104,97	839,93	1,058	31,39	214,49	8,84	124,58	450,73	114,29	8,03
Итого за день		1380	207	63,09	47,36	175,4	1395,05	1,218	77,87	338,8	12,3	385,06	803,28	175,13	13,5

Директор школы:
Кладовщик:
Повар:

