

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

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

Сезон: осенне-зимний-весенний

Дата: 20.12.2024

Неделя: 2 День недели: 5 (пятница)

№ 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															
	Суп молочный с макаронными изделиями	200	29,36	5,07	5,26	18,98	146	0,08	0,92	0,04	0,26	164,4	120,8	21	0,36
382/М/ССЖ	Какао на молоке	200	18,54	3,87	3,10	16,19	109,45	0,04	1,30	22,12	0,11	125,45	116,20	31,00	1,01
	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
	Йогурт в инд.упаковке	115	30,3	0,32	5	16,1	102,54	0,04	0,58	11,5	0	276	98,9	14,95	0,12
Итого за Завтрак		545	83	11,57	14,26	66,72	438,68	0,19	3,4	33,66	2,05	572,45	361,4	76,85	1,85
Обед															
49/М/ССЖ	Салат витаминный	60	4,87	1,26	5,11	3,76	66,19	0,04	16,10	169,90	2,31	25,09	28,03	12,40	0,42
113/П/ССЖ	Свекольник со сметаной	245	33,68	3,92	10,26	12,14	157,28	0,27	15,26	183,93	2,02	43,37	94,99	29,99	1,57
265/М/ССЖ	Плов с говядиной	240	51,96	23,64	14,08	41,06	385,87	0,75	6,66	700,00	2,17	30,45	300,16	65,42	3,73
342/М/ССЖ	Компот из свежих плодов	200	14,16	0,14	0,10	12,62	53,09	0,00	3,00	1,60	0,20	5,33	3,20	1,40	0,11
	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	Яблоко	100	14,55	0,60	0,60	14,70	70,50	0,05	15,00	7,50	0,30	24,00	16,50	13,50	3,30
Итого за Обед		875	124	34,14	30,93	120,28	902,04	1,23	57,32	1061,33	7,82	161,11	533,08	150,71	12,08
Итого за день		1420	207	45,71	45,19	187	1340,72	1,42	60,72	1094,99	9,87	733,56	894,48	227,56	13,93


 Комитет по образованию администрации Ханты-Мансийского района
 МКОУ Ханты-Мансийского района "ООШ им. Бр. Петровых с. Реполово"
 Директор школы: *М. Кукина*
 Кладовщик: *Климов*
 Повар: *Удольск*