

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

Возрастная группа: 12-18 лет (обучающиеся льготной категории)

Сезон: осенне-зимний-весенний

Дата: 19.12.2024

Неделя: 2 День недели: 4 (четверг)

№ 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															
	Каша манная молочная вязкая	200	39,75	4,8	8,2	30,4	220	0,08	0,7	0,03	0	94,78	64,65	23,27	1,3
377/М/ССЖ	Чай с сахаром и лимоном	200	5,37	0,26	0,03	11,26	47,79	0,00	2,90	0,50	0,01	8,08	9,78	5,24	0,90
	Батон йодированный	40	6,4	3,04	1,12	20,56	104,80	0,06	0,80	0,00	2,24	8,80	34,00	13,20	0,48
338/М	Мандарин	120	31,5	0,8	0,2	7,5	38	0,06	38	10	0,2	35	17	11	0,1
Итого за Завтрак		560	83	8,9	9,55	69,72	410,59	0,22	41,77	10,53	2,45	146,66	125,43	52,71	2,78
Обед															
50/М/ССЖ	Салат из свеклы с сыром	100	13,32	4,88	9,52	8,13	138,43	0,02	8,93	44,93	2,37	168,30	114,28	24,88	1,40
102/М/ССЖ	Суп картофельный с фасолью	270	35,59	12,10	8,87	19,21	206,85	0,40	12,64	221,50	2,45	52,04	205,03	46,51	2,81
	Мясо птицы отварное	100	49,65	18,76	12,09	0	229,17	0,03	0	17,78	0	34,67	127,11	17,78	1,6
171/М/ССЖ	Каша гречневая рассыпчатая	180	6,15	4,34	12,54	20,74	215,04	0,31	59,64	484,36	5,62	52,43	115,08	48,05	2,17
342/М/ССЖ	Компот из вишни	200	12,73	0,16	0,04	13,10	54,29	0,01	3,00	0,00	0,06	7,73	6,00	5,20	0,13
	Хлеб пшеничный	30	2,46	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60
	Хлеб ржано-пшеничный	50	4,1	3,30	0,60	19,82	99,00	0,09	0,00	0,00	0,70	14,50	75,00	23,50	1,95
Итого за Обед		930	124	49,38	33,47	110,15	989,2	0,87	24,53	285,45	6,47	298,38	738,63	215,88	12,66
Итого за день		1520	207	58,28	43,02	189,87	1399,79	1,09	66,3	295,98	8,92	445,54	864,06	304,59	15,44



Директор:
Кладовщик:
Повар:

М. Киселев
Киселев
Губов