

Горячее питание обучающихся начальных классов МКОУ "Новомонастырская СОШ"

Утверждаю
Директор МКОУ "Новомонастырская СОШ"
Сандова З.П.



№ ре.	Наименование блюда	Масса, г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
			Белки	Жиры	Углеводы		Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A
	29 апреля 2021												
	Обед												
28	Рассольник с курицей	200 / 40	1,68	7,70	12,17	105,00	21,16	20,72	57,56	0,78	0,08	6,03	0,00
4	Плов с курицей	150,00	17,30	15,84	17,70	283,45	0,08	10,10	0,22	4,38	36,60	36,00	186,60
23	Салат морковный с яблоком	65,00	1,08	1,40	12,60	40,40	24,28	30,75	44,00	1,08	0,05	6,25	0,00
18	Компот из сухофруктов	200,00	0,70	-	8,62	94,20	30,86	17,22	21,59	0,53	0,03	0,70	-
	Хлеб	60,00	5,76	0,70	29,23	162,24	6,30	6,70	30,50	1,40	0,10	0,00	0,00
	Бананы	100,00	1,50	0,10	21,80	89,00	0,10	0,42	0,28	0,60	0,04	0,10	0,20
	Кексы	33,30	0,15	0,56	8,97	12,54	-	-	-	-	-	-	-
	Итого на 1 день:		28,17	26,30	111,09	786,83	82,78	85,91	154,15	8,77	36,90	49,08	186,80
Завтрак													
15	Сырник со сгущенкой	70,00	7,43	12,57	41,25	196,00	46,93	0,00	25,18	2,83	0,19	1,67	0,00
	Сгущенка	10,00	0,63	1,50	5,60	32,00	-	-	-	-	-	-	-
	Макароны с сыром	150,00	5,52	4,52	26,45	115,00	4,86	21,11	37,17	1,11	0,06	0,00	21,00
	Сыр	21,00	4,10	4,15	-	65,00	9,30	3,70	5,30	-	0,15	0,10	3,00
	Хлеб	60,00	5,76	0,70	29,23	162,24	6,30	6,70	30,50	1,40	0,10	0,00	0,00
	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	13,45	28,00	11,00	0,00	0,00	0,70	0,00	0,00	0,00
	Груша	120,00	0,36	0,36	8,66	46,25	6,80	0,00	97,56	3,40	0,52	13,34	0,00
	ИТОГО 1 день :		23,80	23,80	124,64	644,49	85,19	31,51	195,71	9,44	1,02	15,11	24,00