

Горячее питание обучающихся начальных классов МКОУ "Новомонастырская СОШ"

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



18 мая 2021 год

Обед

№ п/п	Наименование блюда	Масса, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	Bi	C	A
31	Суп картофельный с макаронами	227,00	2,91	8,3	21,02	229,54	17,82	-	-	0,90	0,12	17,37	-
5	Рыбная котлета	50,00	13,87	11,20	18,32	156,00	52,10	59,77	238,46	0,96	0,10	3,35	0,01
39	Пюре картофельное	80,00	3,28	6,05	28,70	119,20	41,22	-	0,00	1,17	0,16	25,49	-
25	Салат из свеклы с зеленым горошком	60,00	1,00	6,30	26,30	72,31	16,76	11,14	25,18	0,79	0,03	5,88	0,00
	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
	Сок осветленный	150,00	0,80	0,00	9,65	64,00	5,80	0,00	0,00	0,00	0,00	1,75	0,00
	Вафли	20,00	0,82	5,40	12,00	61,25	-	-	-	-	-	-	-
40	Соус томатный	25,00	1,20	0,98	4,20	6,80	41,22	8,60	-	0,96	0,02	6,80	2,20
	Итого на 1 день:		29,64	38,93	149,42	871,34	181,22	86,21	294,14	6,18	0,53	60,64	2,21

Завтрак

		150,00	6,60	4,38	26,54	157,00	1,22	0,03	162,00	2,43	0,11	0,00	0,02
2	Каша пшеничная	50,00	7,78	5,78	7,85	114,38	21,88	16,06	83,19	0,75	0,05	0,08	14,38
40	Котлета	25,00	1,20	0,98	4,20	6,80	41,22	8,60	-	0,96	0,02	6,80	2,20
25	Соус томатный	60,00	1,00	6,30	26,30	72,31	16,76	11,14	25,18	0,79	0,03	5,88	0,00
	Салат из свеклы с зеленым горошком	60,00	5,76	0,70	29,23	162,24	6,30	6,70	30,50	1,40	0,10	0,00	0,00
	Хлеб	200,00	1,20	0,00	12,50	74,30	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,00	0,00
	Сок осветленный	20,00	0,82	5,40	12,00	61,25	-	-	-	-	-	-	-
	Вафли	120,00	2,00	0,15	25,20	75,00	0,17	0,54	0,32	0,81	0,06	0,02	0,40
	Бананы												
	Итого 1 день:		26,36	23,69	143,82	723,28	95,55	27,01	301,19	7,14	0,37	14,78	17,00