



Меню завтрака 1-4 классов на 10 февраля 2021 года

№ реп. по сборнику 2017 г.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)																
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е		Ca	P	Mg	Fe													
Завтрак																												
ПР	Фрукт свежий	120	0,4	0,4	12,36	56,4	0,024	6	-	2,4	2,4	22,8	19,2	14,4	2,76													
223	Запеканка из творога с молоком сгущенным	150/20	27,69	23,14	36,08	463	0,15	0,59	0,14	0,87	283	360	42,17	0,55														
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66	-	-	0,04	0,11	2,4	3	-	0,02														
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	0,54	118,6	0,66	1,59	0,02	-	152,2	124	21,34	0,48														
ПР	Хлеб пшеничный	38	3	0,38	18,4	89,06	0,04	-	0,5	0,5	8,76	33,14	12,58	0,42														
	Итого		35,33	34,67	67,51	793,06	0,244	8,18	0,2	3,88	469,16	540,13	90,49	4,23														



МЕНЮ на 10 февраля 2021 года

Наименование блюда	Масса порции, г	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетическая ценность, кк.
Завтрак 5-11 классов					
Омлет натуральный	80	16,0	23,9	1,6	126,6
Злаковый напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,98	100,6
Бутерброд с колбасой	25/25	8,5	6,5	9,4	155,5
Обед в группе продленного дня					
Суп гороховый	250	21,96	21,08	66,14	593
Зразы с сыром	60	15,20	13,60	13,50	237,70
Макароны с маслом	100/5	4,5	3,2	27,3	147,3
чай с сахаром	185/15	0,07	0,02	15,0	60
Хлеб рж.	30	6,6	1,1	41,0	206
Хлеб пш.	20	7,5	2,8	50,5	263
Полдник в группе продленного дня					
Чай с сахаром	185/15	0,07	0,02	15	60
Булочка дорожная	50	1,69	3,49	13,03	90,00
Обед для льготных категорий (освобожденные)					
Суп гороховый	250	21,96	21,08	66,14	593
Зразы с сыром	60	15,20	13,60	13,50	237,70
Макароны с маслом	100/5	4,5	3,2	27,3	147,3
чай с сахаром	185/15	0,07	0,02	15,0	60
Хлеб рж.	30	6,6	1,1	41,0	206
Хлеб пш.	20	7,5	2,8	50,5	263
Полдник для льготных категорий (освобожденные)					
Чай с сахаром	185/15	0,07	0,02	15	60
Булочка дорожная	50	1,69	3,49	13,03	90,00