

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Медведка I ступень

| Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | Пищевые вещества(мг) | | | Минеральные вещества (мг) | | | | № рецепту- ры блюда |
|-----------------------------------|--------------|--------------|--------------------------------------|---------------|-----------|----------|----------------------|-------------|---------------|---------------------------|------------|------------|-------------|---------------------------|
| | | | | В1 | С | А | Б | Ж | У | Са | Mg | Р | Fe | |
| 04.03.2024 | | | | | | | | | | | | | | |
| обед | | | | | | | | | | | | | | |
| Щи | 200 | 25,23 | 144 | 1 | 9 | - | 3 | 5 | 22 | 18 | 25 | 57 | 1 | 55 |
| Макароны отварные | 150 | 22 | 228 | 65 | | - | 3 | 3 | 13 | 72 | 147 | 378 | 2 | 204 |
| Голень отварная | 100 | 28,5 | 59.7 | 0.24 | - | - | 8 | 5 | 39 | 6 | 9 | 28 | 0.3 | |
| Кисель | 200 | 11 | 116 | | 43 | | 1 | | 29 | 7 | | | 0,48 | 247 |
| Хлеб | 60 | 3 | 59.7 | 0.24 | - | - | 5,71 | 10,5 | 3,13 | 6 | 9 | 28 | 0.3 | |
| Кукуруза консервированная | 40 | 6,53 | 35 | - | - | - | | | | | | | | |
| ИТОГО: | 750 | 96,26 | 642,4 | 66,48 | 52 | - | 20,71 | 23,5 | 106,13 | 109 | 190 | 491 | 4,08 | |

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора:



Н.А.Толокнова

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Медведка II ступень

| Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена | Энергетическая цен- ность (ккал) | Витамины (мг) | | | Пищевые вещества(мг) | | | Минеральные вещества (мг) | | | | № ре- цепту- ры блюда |
|-----------------------------------|--------------|---------------|---|---------------|-----------|----------|----------------------|-------------|---------------|---------------------------|------------|------------|-------------|--------------------------------|
| | | | | В1 | С | А | Б | Ж | У | Са | Mg | Р | Fe | |
| 04.03.2024 | | | | | | | | | | | | | | |
| обед | | | | | | | | | | | | | | |
| Щи | 250 | 32,54 | 144 | 1 | 9 | - | 3 | 5 | 22 | 18 | 25 | 57 | 1 | 55 |
| Макароны отварные | 200 | 26,36 | 228 | 065 | | - | 3 | 3 | 13 | 72 | 147 | 378 | 2 | 204 |
| Голень отварная | 100 | 28,50 | 59.7 | 0.24 | - | - | 8 | 5 | 39 | 6 | 9 | 28 | 0.3 | |
| Кисель | 200 | 11 | 116 | | 43 | | 1 | | 29 | 7 | | | 0,48 | 247 |
| Хлеб | 60 | 3 | 59.7 | 0.24 | - | - | 5,71 | 10,5 | 3,13 | 6 | 9 | 28 | 0.3 | |
| Кукуруза консерви- рованная | 40 | 6,53 | | - | - | - | | | | | | | | |
| ИТОГО: | 850 | 107,93 | 642,4 | 66,48 | 52 | - | 20,71 | 23,5 | 106,13 | 109 | 190 | 491 | 4,08 | |

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора:



Н.А.Толокнова

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Медведка I ступень ОБЗ

| Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | Пищевые вещества(мг) | | | Минеральные вещества (мг) | | | | № рецепту ры блюда |
|-----------------------------------|--------------|---------------|-----------------------------------|---------------|-----------|----------|----------------------|-----------|---------------|---------------------------|------------|------------|-------------|-----------------------------|
| | | | | В1 | С | А | Б | Ж | У | Са | Mg | Р | Fe | |
| 04.03.2024 | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| Печенье | 50 | 17.33 | 59.7 | 0.24 | - | - | 5,71 | 10,5 | 3,13 | 6 | 9 | 28 | 0.3 | 345 |
| Чай | 200 | 5 | 116 | | 43 | | 1 | | 29 | 7 | | | 0,48 | 270 |
| обед | | | | | | | | | | | | | | |
| Щи | 250 | 30 | 144 | 1 | 9 | - | 3 | 5 | 22 | 18 | 25 | 57 | 1 | 55 |
| Макароны отварные | 200 | 26,36 | 228 | 065 | | - | 3 | 3 | 13 | 72 | 147 | 378 | 2 | 204 |
| Голень отварная | 100 | 26 | 59.7 | 0.24 | - | - | 8 | 5 | 39 | 6 | 9 | 28 | 0.3 | |
| Кисель | 200 | 11 | 116 | | 43 | | 1 | | 29 | 7 | | | 0,48 | 247 |
| Хлеб | 60 | 3 | 59.7 | 0.24 | - | - | 5,71 | 10,5 | 3,13 | 6 | 9 | 28 | 0.3 | |
| Кукуруза консервированная | 40 | 7 | | - | - | - | | | | | | | | |
| ИТОГО: | 1100 | 125.69 | 818.1 | 66,72 | 95 | - | 27,42 | 34 | 138.26 | 122 | 199 | 519 | 4,86 | |

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора:



Н.А.Толокнова

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Медведка II ступень ОБЗ

| Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | Пищевые вещества(мг) | | | Минеральные вещества (мг) | | | | № рецепту ры блюда |
|-----------------------------------|--------------|---------------|-----------------------------------|---------------|-----------|---|----------------------|-------------|---------------|---------------------------|------------|------------|-------------|-----------------------------|
| | | | | В1 | С | А | Б | Ж | У | Са | Mg | P | Fe | |
| 04.03.2024 | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| банан | 100 | 37,97 | 56 | | - | - | | 7 | 7 | | | | | |
| обед | | | | | | | | | | | | | | |
| суп рыбный | 250 | 31,86 | 144 | 1 | 9- | - | 3 | 5 | 21 | 18 | 25 | 57 | 1 | 64 |
| рис отварной | 200 | 20 | 211 | 065 | | - | 6 | 5 | 35 | 72 | 147 | 378 | 2 | 201 |
| котлета мясная | 90 | 20 | 229 | 0.24 | - | - | 12 | 15 | 13 | 6 | 9 | 28 | 0.3 | |
| Компот из сухофруктов | 200 | 12 | 116 | | 43 | | 1 | | 29 | 7 | | | 0,48 | 255 |
| Хлеб | 60 | 3 | 59.7 | 0.24 | - | - | 5,71 | 10,5 | 3,13 | 6 | 9 | 28 | 0.3 | |
| соус | 30 | 3 | 56 | | - | - | | 7 | 7 | | | | | 238 |
| Огурец маринованный | 40 | 20 | | - | | - | 0,37 | - | 1,23 | | - | - | | |
| ИТОГО: | 970 | 147.83 | 871,7 | 66,48 | 52 | | 28,08 | 49,5 | 106,36 | 109 | 190 | 491 | 4,08 | |

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора:



Н.А.Толокнова

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Медведка I ступень

| Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | Пищевые вещества(мг) | | | Минеральные вещества (мг) | | | | № рецептуры блюда |
|-----------------------------------|--------------|--------------|--------------------------------------|---------------|-----------|---|----------------------|-------------|--------------|---------------------------|------------|------------|-------------|----------------------|
| | | | | В1 | С | А | Б | Ж | У | Са | Mg | Р | Fe | |
| 05.03.2024 | | | | | | | | | | | | | | |
| обед | | | | | | | | | | | | | | |
| суп рыбный | 200 | 25,73 | 144 | 1 | 9- | - | 3 | 5 | 21 | 18 | 25 | 57 | 1 | 64 |
| рис отварной | 150 | 15 | 211 | 65 | | - | 6 | 5 | 35 | 72 | 147 | 378 | 2 | 201 |
| котлета мясная | 90 | 20 | 229 | 0.24 | - | - | 12 | 15 | 13 | 6 | 9 | 28 | 0.3 | |
| Компот из сухофруктов | 200 | 11,03 | 116 | | 43 | | 1 | | 29 | 7 | | | 0,48 | 255 |
| Хлеб | 60 | 3 | 59.7 | 0.24 | - | - | 5,71 | 10,5 | 3,13 | 6 | 9 | 28 | 0.3 | |
| соус | 30 | 2 | 56 | | - | - | | 7 | 7 | | | | | 238 |
| Огурец маринованный | 40 | 15 | | - | | - | 0,37 | - | 1,23 | | - | - | | |
| ИТОГО: | 770 | 96,26 | 815,7 | 66,48 | 52 | | 28,08 | 42,5 | 99,36 | 109 | 190 | 491 | 4,08 | |

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора:



Н.А.Толокнова

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Медведка II ступень

| Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | Пищевые вещества(мг) | | | Минеральные вещества (мг) | | | | № рецептуры блюда |
|-----------------------------------|--------------|---------------|--------------------------------------|---------------|-----------|---|----------------------|-------------|--------------|---------------------------|------------|------------|-------------|----------------------|
| | | | | В1 | С | А | Б | Ж | У | Са | Mg | Р | Fe | |
| 05.03.2024 | | | | | | | | | | | | | | |
| обед | | | | | | | | | | | | | | |
| суп рыбный | 250 | 31,86 | 144 | 1 | 9- | - | 3 | 5 | 21 | 18 | 25 | 57 | 1 | 64 |
| рис отварной | 200 | 20 | 211 | 065 | | - | 6 | 5 | 35 | 72 | 147 | 378 | 2 | 201 |
| котлета мясная | 90 | 20 | 229 | 0.24 | - | - | 12 | 15 | 13 | 6 | 9 | 28 | 0.3 | |
| Компот из сухофруктов | 200 | 11,03 | 116 | | 43 | | 1 | | 29 | 7 | | | 0,48 | 255 |
| Хлеб | 60 | 3 | 59.7 | 0.24 | - | - | 5,71 | 10,5 | 3,13 | 6 | 9 | 28 | 0.3 | |
| соус | 30 | 2 | 56 | | - | - | | 7 | 7 | | | | | 238 |
| Огурец маринованный | 40 | 15 | | - | | - | 0,37 | - | 1,23 | | - | - | | |
| ИТОГО: | 870 | 107,93 | 815,7 | 66,48 | 52 | | 28,08 | 42,5 | 99,36 | 109 | 190 | 491 | 4,08 | |

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора:



Н.А.Толокнова

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Медведка I ступень ОБЗ

| Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | Пищевые вещества(мг) | | | Минеральные вещества (мг) | | | | № рецепту ры блюда |
|-----------------------------------|--------------|---------------|-----------------------------------|---------------|-----------|---|----------------------|-------------|---------------|---------------------------|------------|------------|-------------|-----------------------------|
| | | | | В1 | С | А | Б | Ж | У | Са | Mg | P | Fe | |
| 05.03.2024 | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| банан | 100 | 35.83 | 56 | | - | - | | 7 | 7 | | | | | |
| обед | | | | | | | | | | | | | | |
| суп рыбный | 250 | 31,86 | 144 | 1 | 9- | - | 3 | 5 | 21 | 18 | 25 | 57 | 1 | 64 |
| рис отварной | 200 | 20 | 211 | 065 | | - | 6 | 5 | 35 | 72 | 147 | 378 | 2 | 201 |
| котлета мясная | 90 | 20 | 229 | 0.24 | - | - | 12 | 15 | 13 | 6 | 9 | 28 | 0.3 | |
| Компот из сухофруктов | 200 | 12 | 116 | | 43 | | 1 | | 29 | 7 | | | 0,48 | 255 |
| Хлеб | 60 | 3 | 59.7 | 0.24 | - | - | 5,71 | 10,5 | 3,13 | 6 | 9 | 28 | 0.3 | |
| соус | 30 | 3 | 56 | | - | - | | 7 | 7 | | | | | 238 |
| ИТОГО: | 970 | 125.69 | 871,7 | 66,48 | 52 | | 28,08 | 49,5 | 106,36 | 109 | 190 | 491 | 4,08 | |

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора:



Н.А.Толокнова

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Медведка II ступень ОБЗ

| Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | Пищевые вещества(мг) | | | Минеральные вещества (мг) | | | | № рецепту ры блюда |
|-----------------------------------|--------------|---------------|-----------------------------------|---------------|-----------|----------|----------------------|-----------|---------------|---------------------------|------------|------------|-------------|-----------------------------|
| | | | | В1 | С | А | Б | Ж | У | Са | Mg | Р | Fe | |
| 05.03.2024 | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | |
| Печенье | 50 | 39,47 | 59.7 | 0.24 | - | - | 5,71 | 10,5 | 3,13 | 6 | 9 | 28 | 0.3 | 345 |
| Чай | 200 | 5 | 116 | | 43 | | 1 | | 29 | 7 | | | 0,48 | 270 |
| обед | | | | | | | | | | | | | | |
| Щи | 250 | 30 | 144 | 1 | 9 | - | 3 | 5 | 22 | 18 | 25 | 57 | 1 | 55 |
| Макароны отварные | 200 | 26,36 | 228 | 065 | | - | 3 | 3 | 13 | 72 | 147 | 378 | 2 | 204 |
| Голень отварная | 100 | 26 | 59.7 | 0.24 | - | - | 8 | 5 | 39 | 6 | 9 | 28 | 0.3 | |
| Кисель | 200 | 11 | 116 | | 43 | | 1 | | 29 | 7 | | | 0,48 | 247 |
| Хлеб | 60 | 3 | 59.7 | 0.24 | - | - | 5,71 | 10,5 | 3,13 | 6 | 9 | 28 | 0.3 | |
| Кукуруза консервированная | 40 | 7 | | - | - | - | | | | | | | | |
| ИТОГО: | 1100 | 147.83 | 818.1 | 66,72 | 95 | - | 27,42 | 34 | 138.26 | 122 | 199 | 519 | 4,86 | |

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора:



Н.А.Толокнова

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Медведка I ступень

| Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | Пищевые вещества(мг) | | | Минеральные вещества (мг) | | | | № рецептуры блюда |
|-----------------------------------|--------------|--------------|--------------------------------------|---------------|-----------|---|----------------------|-------------|---------------|---------------------------|-----------|------------|-------------|-------------------|
| | | | | В1 | С | А | Б | Ж | У | Са | Mg | Р | Fe | |
| 06.03.2024 | | | | | | | | | | | | | | |
| обед | | | | | | | | | | | | | | |
| суп гороховый | 200 | 15,76 | 144 | 1 | 9- | - | 3 | 5 | 22 | 18 | 25 | 57 | 1 | 37 |
| Картофельное пюре | 150 | 10 | 228 | 65 | | - | 3 | 3 | 13 | 72 | 147 | 378 | 2 | 204 |
| Котлета рыбная | | 20 | | | | | | | | | | | | |
| Чай | 200 | 5 | 116 | | 43 | | 1 | | 29 | 7 | | | 0,48 | 247 |
| Хлеб | 60 | 3 | 59.7 | 0.24 | - | - | 5,71 | 10,5 | 3,13 | 6 | 9 | 28 | 0.3 | |
| Огурец консервированный | 40 | 7 | 51 | - | - | - | 4 | 4 | | | | | | |
| яблоко | 150 | 10 | | | | | | | | | | | | |
| соус | 30 | 3 | 56 | | - | - | 1 | 4 | 5 | | | | | 238 |
| ИТОГО: | 920 | 96,26 | 714,4 | 66,48 | 52 | | 25,71 | 31,5 | 111,13 | 109 | 90 | 491 | 4,08 | |

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора:

 Н.А.Толокнова

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Медведка II ступень

| Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | Пищевые вещества(мг) | | | Минеральные вещества (мг) | | | | № рецептуры блюда |
|-----------------------------------|--------------|---------------|--------------------------------------|---------------|-----------|---|----------------------|-------------|---------------|---------------------------|-----------|------------|-------------|----------------------|
| | | | | В1 | С | А | Б | Ж | У | Са | Mg | Р | Fe | |
| 06.03.2024 | | | | | | | | | | | | | | |
| обед | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп гороховый | 250 | 25,95 | 144 | 1 | 9- | - | 3 | 5 | 22 | 18 | 25 | 57 | 1 | 37 |
| Макароны отварные | 200 | 20 | 228 | 065 | | - | 3 | 3 | 13 | 72 | 147 | 378 | 2 | 204 |
| Тефтели мясные | 90 | 20 | 59.7 | 0.24 | - | - | 8 | 5 | 39 | 6 | 9 | 28 | 0.3 | |
| Кисель | 200 | 15 | 116 | | 43 | | 1 | | 29 | 7 | | | 0,48 | 247 |
| Хлеб | 60 | 3 | 59.7 | 0.24 | - | - | 5,71 | 10,5 | 3,13 | 6 | 9 | 28 | 0.3 | |
| печенье | 40 | 15,94 | 51 | - | - | - | 4 | 4 | 0 | | | | | |
| соус | 30 | 3 | 56 | | - | - | 1 | 4 | 5 | | | | | 238 |
| ИТОГО: | 870 | 107,93 | 714,4 | 66,48 | 52 | | 25,71 | 31,5 | 111,13 | 109 | 90 | 491 | 4,08 | |

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора: Н.А.Толокнова

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Медведка I ступень ОБЗ

| Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | Пищевые вещества(мг) | | | Минеральные вещества (мг) | | | | № рецепту ры блюда |
|-----------------------------------|--------------|---------------|-----------------------------------|---------------|-----------|---|----------------------|-------------|---------------|---------------------------|-----------|------------|-------------|--------------------------|
| | | | | В1 | С | А | Б | Ж | У | Са | Mg | P | Fe | |
| 06.03.2024 | | | | | | | | | | | | | | |
| печенье | 40 | 43.75 | 51 | - | - | - | 4 | 4 | 0 | | | | | |
| чай | 200 | 5 | 116 | | 43 | | 1 | | 29 | 7 | | | 0,48 | 265 |
| обед | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп гороховый | 250 | 25,95 | 144 | 1 | 9- | - | 3 | 5 | 22 | 18 | 25 | 57 | 1 | 37 |
| Макароны отварные | 200 | 20 | 228 | 065 | | - | 3 | 3 | 13 | 72 | 147 | 378 | 2 | 204 |
| Тефтели мясные | 90 | 20 | 59.7 | 0.24 | - | - | 8 | 5 | 39 | 6 | 9 | 28 | 0.3 | |
| Кисель | 200 | 15 | 116 | | 43 | | 1 | | 29 | 7 | | | 0,48 | 247 |
| Хлеб | 60 | 3 | 59.7 | 0.24 | - | - | 5,71 | 10,5 | 3,13 | 6 | 9 | 28 | 0.3 | |
| соус | 30 | 3 | 56 | | - | - | 1 | 4 | 5 | | | | | 238 |
| ИТОГО: | 1080 | 125.69 | 830,4 | 66,48 | 95 | | 26,71 | 31,5 | 140,13 | 116 | 90 | 491 | 4,56 | |

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора:



Н.А.Толокнова

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Медведка II ступень ОБЗ

| Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | Пищевые вещества(мг) | | | Минеральные вещества (мг) | | | | № рецептуры блюда |
|-----------------------------------|--------------|---------------|-----------------------------------|---------------|-----------|---|----------------------|-------------|---------------|---------------------------|-----------|------------|-------------|----------------------|
| | | | | В1 | С | А | Б | Ж | У | Са | Mg | Р | Fe | |
| 06.03.2024 | | | | | | | | | | | | | | |
| печенье | 40 | 49.88 | 51 | - | - | - | 4 | 4 | 0 | | | | | |
| чай | 200 | 5 | 116 | | 43 | | 1 | | 29 | 7 | | | 0,48 | 265 |
| лимон | 10 | 6 | | | | - | | | | | | | | |
| обед | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп гороховый | 250 | 25,95 | 144 | 1 | 9- | - | 3 | 5 | 22 | 18 | 25 | 57 | 1 | 37 |
| Макароны отварные | 200 | 20 | 228 | 065 | | - | 3 | 3 | 13 | 72 | 147 | 378 | 2 | 204 |
| Тефтели мясные | 90 | 20 | 59.7 | 0.24 | - | - | 8 | 5 | 39 | 6 | 9 | 28 | 0.3 | |
| Кисель | 200 | 15 | 116 | | 43 | | 1 | | 29 | 7 | | | 0,48 | 247 |
| Хлеб | 60 | 3 | 59.7 | 0.24 | - | - | 5,71 | 10,5 | 3,13 | 6 | 9 | 28 | 0.3 | |
| соус | 30 | 3 | 56 | | - | - | 1 | 4 | 5 | | | | | 238 |
| ИТОГО: | 1080 | 147.83 | 830,4 | 66,48 | 95 | | 26,71 | 31,5 | 140,13 | 116 | 90 | 491 | 4,56 | |

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора:



Н.А.Толокнова

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Медведка I ступень

| Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | Пищевые вещества(мг) | | | Минеральные вещества (мг) | | | | № рецептуры блюда |
|-----------------------------------|--------------|--------------|--------------------------------------|---------------|-----------|----------|----------------------|-------------|--------------|---------------------------|-----------|------------|-------------|----------------------|
| | | | | В1 | С | А | Б | Ж | У | Са | Mg | Р | Fe | |
| 07.03.2024 | | | | | | | | | | | | | | |
| обед | | | | | | | | | | | | | | |
| Рассольник | 200 | 20,23 | 124 | 1 | 9- | - | 3 | 3 | 22 | 19 | 25 | 57 | 1 | 34 |
| Жаркое по домашнему | 150 | 47,53 | 87 | 0,24 | 37 | - | 3 | 3 | 13 | 64 | 21 | 45 | 2 | 216 |
| Сыр | 50 | 15 | | | | | | | | | | | | |
| Хлеб | 60 | 3 | 59,7 | 0,24 | - | - | 5,71 | 10,5 | 3,13 | 6 | 9 | 28 | 0,3 | |
| Компот из кураги | 200 | 6 | 116 | | 43 | | 1 | | 29 | 7 | | | 0,48 | 270 |
| | | | 85 | | | - | 3 | | 16 | | | | | |
| ИТОГО: | 630 | 96,26 | 471,7 | 1,48 | 89 | - | 15,71 | 16,5 | 83,13 | 96 | 55 | 130 | 3,78 | |

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора:



Н.А.Толокнова

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Медведка II ступень

| Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | Пищевые вещества(мг) | | | Минеральные вещества (мг) | | | | № рецептуры блюда |
|-----------------------------------|--------------|---------------|--------------------------------------|---------------|-----------|----------|----------------------|-------------|--------------|---------------------------|-----------|------------|-------------|----------------------|
| | | | | В1 | С | А | Б | Ж | У | Са | Mg | Р | Fe | |
| 07.03.2024 | | | | | | | | | | | | | | |
| обед | | | | | | | | | | | | | | |
| Рассольник | 250 | 28,68 | 124 | 1 | 9- | - | 3 | 3 | 22 | 19 | 25 | 57 | 1 | 34 |
| Картофельное пюре | 200 | 25,68 | 87 | 0,24 | 37 | - | 3 | 3 | 13 | 64 | 21 | 45 | 2 | 216 |
| Котлета рыбная | 70 | 18,53 | | | | | | | | | | | | |
| Хлеб | 60 | 3 | 59.7 | 0.24 | - | - | 5,71 | 10,5 | 3,13 | 6 | 9 | 28 | 0.3 | |
| Компот из кураги | 200 | 6 | 116 | | 43 | | 1 | | 29 | 7 | | | 0,48 | 270 |
| Нарезка из овощей | 50 | 21 | 85 | | | - | 3 | | 16 | | | | | |
| ИТОГО: | 830 | 107,93 | 471,7 | 1,48 | 89 | - | 15,71 | 16,5 | 83,13 | 96 | 55 | 130 | 3,78 | |

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора:

 Н.А.Толокнова

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Медведка I ступень ОБЗ

| Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | Пищевые вещества(мг) | | | Минеральные вещества (мг) | | | | № рецепту ры блюда |
|-----------------------------------|--------------|---------------|-----------------------------------|---------------|-----------|----------|----------------------|-----------|---------------|---------------------------|-----------|------------|-------------|-----------------------------|
| | | | | В1 | С | А | Б | Ж | У | Са | Mg | P | Fe | |
| 07.03.2024 | | | | | | | | | | | | | | |
| Нарезка из овощей | 50 | 25,33 | 85 | | | - | 3 | | 16 | | | | | |
| Хлеб | 60 | 3 | 59,7 | 0,24 | - | - | 5,71 | 10,5 | 3,13 | 6 | 9 | 28 | 0,3 | |
| чай | 200 | 5 | 116 | | 43 | | 1 | | 29 | 7 | | | 0,48 | 265 |
| обед | | | | | | | | | | | | | | |
| Рассольник | 250 | 28,68 | 124 | 1 | 9- | - | 3 | 3 | 22 | 19 | 25 | 57 | 1 | 34 |
| Картофельное пюре | 200 | 25,68 | 87 | 0,24 | 37 | - | 3 | 3 | 13 | 64 | 21 | 45 | 2 | 216 |
| Котлета рыбная | 70 | 20 | | | | | | | | | | | | |
| Хлеб | 60 | 3 | 59,7 | 0,24 | - | - | 5,71 | 10,5 | 3,13 | 6 | 9 | 28 | 0,3 | |
| Компот из кураги | 200 | 15 | 116 | | 43 | | 1 | | 29 | 7 | | | 0,48 | 270 |
| ИТОГО: | 1090 | 125,69 | 647,4 | 1,72 | 89 | - | 22,42 | 27 | 115,26 | 109 | 64 | 158 | 4,56 | |

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора:



Н.А.Толокнова

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Медведка II ступень ОБЗ

| Приём пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | Пищевые вещества(мг) | | | Минеральные вещества (мг) | | | | № рецепту ры блюда |
|-----------------------------------|--------------|---------------|-----------------------------------|---------------|-----------|----------|----------------------|-----------|---------------|---------------------------|-----------|------------|-------------|-----------------------------|
| | | | | В1 | С | А | Б | Ж | У | Са | Mg | P | Fe | |
| 07.03.2024 | | | | | | | | | | | | | | |
| Нарезка из овощей | 50 | 47,47 | 85 | | | - | 3 | | 16 | | | | | |
| Хлеб | 60 | 3 | 59,7 | 0,24 | - | - | 5,71 | 10,5 | 3,13 | 6 | 9 | 28 | 0,3 | |
| чай | 200 | 5 | 116 | | 43 | | 1 | | 29 | 7 | | | 0,48 | 265 |
| обед | | | | | | | | | | | | | | |
| Рассольник | 250 | 28,68 | 124 | 1 | 9- | - | 3 | 3 | 22 | 19 | 25 | 57 | 1 | 34 |
| Картофельное пюре | 200 | 25,68 | 87 | 0,24 | 37 | - | 3 | 3 | 13 | 64 | 21 | 45 | 2 | 216 |
| Котлета рыбная | 70 | 20 | | | | | | | | | | | | |
| Хлеб | 60 | 3 | 59,7 | 0,24 | - | - | 5,71 | 10,5 | 3,13 | 6 | 9 | 28 | 0,3 | |
| Компот из кураги | 200 | 15 | 116 | | 43 | | 1 | | 29 | 7 | | | 0,48 | 270 |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| ИТОГО: | 1090 | 147,83 | 647,4 | 1,72 | 89 | - | 22,42 | 27 | 115,26 | 109 | 64 | 158 | 4,56 | |

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора:



Н.А.Толокнова