

## СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Сараны

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	цена	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Ca	Р	Mg	Fe	
<b>18.09.2023г. 1 ступень</b>														
обед														
Щи из свежей капусты	250	12,38	112	2	7	11		40	57	113	99	52	5	63
Изделия макаронные	150	8,12	211	6	5	35			44	16	46	8	1	227
Тефтели мясные	90	55,05	280	17	19	11		3	15	18	147	22	2	200
Хлеб пшеничный 1С	50	2,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Чай с сахаром	200	1,14	49			12				10	2	3		300
Сыр полутвердый	20	3,77	69	5	5					180	118	10		366
Яйцо куриное	40	8,50	63	5	5					22	77	5	1	139
<b>Всего</b>	<b>800</b>	<b>91,76</b>	<b>902</b>	<b>39</b>	<b>42</b>	<b>93</b>		<b>43</b>	<b>116</b>	<b>371</b>	<b>533</b>	<b>117</b>	<b>10</b>	

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	цена	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Ca	Р	Mg	Fe	
<b>18.09.2023 г. 2 ступень</b>														
обед														
Щи из свежей капусты	250	12,38	112	2	7	11		40	57	113	99	52	5	63
Изделия макаронные	180	11,25	253	7	6	42			53	19	55	10	1	227
Тефтели мясные	100	61,17	311	18	21	12		3	17	20	164	25	2	200
Хлеб пшеничный 1С	50	2,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Чай с сахаром	200	1,14	49			12				10	2	3		300
Сыр полутвердый	30	5,65	103	7	7					270	177	15		366
Яйцо куриное	40	8,50	63	6	7					22	77	5	1	139
<b>Всего</b>	<b>850</b>	<b>102,89</b>	<b>1009</b>	<b>44</b>	<b>49</b>	<b>101</b>		<b>43</b>	<b>127</b>	<b>466</b>	<b>618</b>	<b>127</b>	<b>10</b>	

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора



Н.А.Толокнова

**СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Сараны**

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	цена	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe	
<b>18.09.2023г. 1 ст. ОВЗ</b>														
<b>обед</b>														
Щи из свежей капусты	250	12,38	112	2	7	11		40	57	113	99	52	5	63
Изделия макаронные	150	8,12	211	6	5	35			44	16	46	8	1	227
Тефтели мясные	90	55,05	280	17	19	11		3	15	18	147	22	2	200
Хлеб пшеничный 1С	50	2,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Чай с сахаром	200	1,14	49			12				10	2	3		300
Яйцо куриное	40	8,50	63	5	5					22	77	5	1	139
<b>завтрак</b>														
Чай с сахаром	200	1,14	49			12				10	2	3		300
Сыр полутвердый	20	26,94	69	5	5					180	118	10		366
Хлеб пшеничный 1С	50	2,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Масло сливочное	10	6,80	75		8				59	1	2			365
<b>Всего</b>	<b>1060</b>	<b>125,67</b>	<b>1144</b>	<b>43</b>	<b>51</b>	<b>129</b>		<b>43</b>	<b>175</b>	<b>394</b>	<b>579</b>	<b>137</b>	<b>11</b>	

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора



Н.А.Толокнова

**СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Сараны**

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	цена	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe	
<b>18.09.2023 г. 2 ст. ОВЗ</b>														
<b>обед</b>														
Щи из свежей капусты	250	15,37	112	2	7	11		40	57	113	99	52	5	63
Изделия макаронные	180	12,13	253	7	6	42			53	19	55	10	1	227
Тефтели мясные	100	66,39	311	18	21	12		3	17	20	164	25	2	200
Хлеб пшеничный 1С	50	2,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Чай с сахаром	200	1,14	49			12				10	2	3		300
Яйцо куриное	40	8,50	63	6	7					22	77	5	1	139
<b>завтрак</b>														
Сыр полутвердый	40	29,62	138	10	10					270	177	15		366
Чай с сахаром	200	1,14	49			12				10	2	3		300
Хлеб пшеничный 1С	50	2,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Масло сливочное	10	6,80	75		8				59	1	2			365
<b>Всего</b>	<b>1120</b>	<b>146,69</b>	<b>1286</b>	<b>41</b>	<b>62</b>	<b>137</b>		<b>43</b>	<b>186</b>	<b>489</b>	<b>666</b>	<b>147</b>	<b>11</b>	

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора



Н.А.Толокнова

## СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Сараны

Приём пищи, наименование блюда	Мас- са пор- ции (г)	цена	Энергети- ческая ценность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe	
<b>19.09.2023г. 1 ступень</b>														
обед														
Рассольник ленинградский	200	25,08	136	4	8	27		14	33	32	70	26	1	42
Пюре картофельное	150	13,16	160	3	6	23		25	44	16	99	33	1	241
Биточки рыбные	90	29,58	182	17	3	22			21	48	219	58	2	161
Хлеб пшеничный 1С	50	2,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Чай с сахаром	200	1,14	49			12				10	2	3	1	300
Сок	200	20,00	92	1		20			4	14	14	8	3	293
<b>Всего</b>	890	91,76	645	28	18	108		39	102	132	448	145	9	

Приём пищи, наименование блюда	Масса пор- ции (г)	цена	Энергети- ческая ценность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe	
<b>19.09.2023 г. 2 ступень</b>														
обед														
Рассольник ленинградский	250	30,78	156	5	12	34		18	41	40	86	32	1	42
Пюре картофельное	180	15,79	193	4	7	28		30	53	20	119	39	1	241
Биточки рыбные	100	32,38	202	19	3	24			24	53	244	64	2	161
Хлеб пшеничный 1С	50	2,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Чай с сахаром	200	1,14	49			12				10	2	3	1	300
Сок	200	20,00	92	1		20			4	14	14	8	3	293
	980	102,89	810	33	23	142		48	122	149	509	153	9	

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора



Н.А.Толокнова

**СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Сараны**

Приём пищи, наименование блюда	Мас- са пор- ции (г)	цена	Энерге- тическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe	
<b>19.09.2023г. 1 ст. ОБЗ</b>														
обед														
Рассольник ленинградский	200	25,08	136	4	8	27		14	33	32	70	26	1	42
Пюре картофельное	150	13,16	160	3	6	23		25	44	16	99	33	1	241
Биточки рыбные	90	30,04	182	17	3	22			21	48	219	58	2	161
Хлеб пшеничный 1С	50	2,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Компот витаминизирован	200	4,38	106			25		8		11	7	5	1	284
завтрак														
Какао с молоком	200	7,01	49			12		1		7	143	38	1	270
Пюре картофельное	150	13,16	160	3	6	23		25	44	16	99	33	1	241
Биточки рыбные	90	30,04	182	17	3	22			21	48	219	58	2	161
<b>Всего</b>	<b>1130</b>	<b>125,67</b>	<b>1093</b>	<b>48</b>	<b>27</b>	<b>178</b>		<b>73</b>	<b>163</b>	<b>190</b>	<b>900</b>	<b>268</b>	<b>10</b>	

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора



Н.А.Толокнова

**СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Сараны**

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	цена	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe	
<b>19.09.2023 г. 2 ст. ОВЗ</b>														
обед														
Рассольник ленинградский	250	31,36	156	5	12	34		18	41	40	86	32	1	42
Пюре картофельное	180	15,79	193	4	7	28		30	53	20	119	39	1	241
Биточки рыбные	100	33,38	202	19	3	24			24	53	244	64	2	161
Хлеб пшеничный 1С	50	2,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Компот витаминизирован	200	4,38	106			25		8		11	7	5	1	284
завтрак														
Какао с молоком	200	7,01	49			12		1		7	143	38	1	270
Пюре картофельное	180	15,79	193	4	7	28		30	53	20	119	39	1	241
Биточки рыбные	100	33,38	202	19	3	24			24	53	244	64	2	161
Хлеб пшеничный 1С	50	2,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
	<b>1340</b>	<b>146,69</b>	<b>1337</b>	<b>59</b>	<b>34</b>	<b>223</b>		<b>87</b>	<b>195</b>	<b>228</b>	<b>1050</b>	<b>315</b>	<b>11</b>	

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора



Н.А.Толокнова

## СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Сараны

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	цена	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Ca	Р	Mg	Fe	
<b>20.09.2023г. 1 ступень</b>														
<b>обед</b>														
Суп с издел. макаронн.	200	16,04	179	8	7	20		17	19	29	69	36	1	47
Каша гречневая	150	11,80	269	9	8	39			44	16	207	138	5	219
Тефтели мясные	90	47,74	252	12	17	12		3	76	21	142	21	2	202
Хлеб пшеничный 1С	50	2,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Кисель витаминизиров.	200	4,31	109			27		24		60				274
Салат витаминный	100	9,07	142	1	10	12		22		31	29	18	1	2
<b>Всего</b>	<b>730</b>	<b>91,76</b>	<b>962</b>	<b>34</b>	<b>35</b>	<b>125</b>		<b>44</b>	<b>148</b>	<b>139</b>	<b>492</b>	<b>217</b>	<b>9</b>	

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	цена	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Ca	Р	Mg	Fe	
<b>20.09.2023 г. 2 ступень</b>														
<b>обед</b>														
Суп с издел. макаронн.	250	22,82	223	10	9	25		21	24	37	86	44	2	47
Каша гречневая	180	14,78	322	10	10	47			53	19	249	166	6	219
Тефтели мясные	100	49,11	280	13	19	13		3	84	23	156	24	2	202
Хлеб пшеничный 1С	50	2,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Кисель витаминизиров.	200	4,31	109			27		24		60				274
Салат витаминный	100	9,07	142	1	10	12		22		31	29	18	1	2
<b>Всего</b>	<b>810</b>	<b>102,89</b>	<b>1097</b>	<b>38</b>	<b>41</b>	<b>139</b>		<b>48</b>	<b>170</b>	<b>152</b>	<b>565</b>	<b>256</b>	<b>11</b>	

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора



Н.А.Толокнова

## СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Сараны

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	цена	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe	
<b>20.09.2023г. 1 ст. ОБЗ</b>														
обед														
Суп с издел. макаронн.	200	16,04	179	8	7	20		17	19	29	69	36	1	47
Каша гречневая	150	11,80	269	9	8	39			44	16	207	138	5	219
Тефтели мясные	90	47,74	252	12	17	12		3	76	21	142	21	2	202
Хлеб пшеничный 1С	50	2,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Кисель витаминизиров.	200	4,31	109			27		24		60				274
завтрак														
Сок	200	20,00	92	1		20		4		14	14	8	3	300
Йогурт	95	23,00	62			14								
<b>Всего</b>	<b>985</b>	<b>125,69</b>	<b>1081</b>	<b>34</b>	<b>33</b>	<b>156</b>		<b>48</b>	<b>139</b>	<b>152</b>	<b>476</b>	<b>220</b>	<b>12</b>	

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора



Н.А.Толокнова



**СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Сараны**

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	цена	Энерге- тиче- ская цен- ность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецеп- туры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe	
<b>20.09.2023 г. 2 ст. ОВЗ</b>														
<b>обед</b>														
Суп с издел. макаронн.	250	18,80	223	10	9	25		21	24	37	86	44	2	47
Каша гречневая	180	13,14	322	10	10	47			53	19	249	166	6	219
Тефтели мясные	100	64,64	280	13	19	13		3	84	23	156	24	2	202
Хлеб пшеничный 1С	50	2,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Кисель витаминизиров.	200	4,31	109			27		24		60				274
<b>завтрак</b>														
Сок	200	20,00	92	1		20		4		14	14	8	3	300
Йогурт	95	23,00	62			14								
<b>Всего</b>	<b>1075</b>	<b>146,69</b>	<b>1206</b>	<b>38</b>	<b>39</b>	<b>170</b>		<b>52</b>	<b>161</b>	<b>165</b>	<b>549</b>	<b>259</b>	<b>14</b>	

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора



Н.А.Толокнова

## СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Сараны

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	цена	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Ca	Р	Mg	Fe	
<b>21.09.2023г. 1 ступень</b>														
обед														
Суп гороховый	250	13,74	127	6	3	19		11	17	29	86	34	2	45,01
Рис отварной	150	11,84	236	4	7	40			44	7	83	27	1	224
Биточки куриные	90	28,37	239	14	16	13		1	38	17	154	24	2	209
Хлеб пшеничный 1С	50	2,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Сок в ассортименте	200	8,58	92	1		20		4		14	14	8	3	293
Соус молочный	30	3,63	35	1	2	3			9	1	30	5		256
Вафли «Зебра»	40	22,80	166	2	11	14								
<b>Всего</b>	<b>802</b>	<b>91,76</b>	<b>1013</b>	<b>32</b>	<b>40</b>	<b>133</b>		<b>19</b>	<b>108</b>	<b>80</b>	<b>411</b>	<b>115</b>	<b>9</b>	

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	цена	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Ca	Р	Mg	Fe	
<b>21.09.2023 г. 2 ступень</b>														
обед														
Суп гороховый	250	13,74	127	6	3	19		11	17	29	86	34	2	45,01
Рис отварной	180	14,21	283	5	8	48			53	8	99	33	1	224
Биточки куриные	100	37,13	266	16	18	15		1	42	19	171	26	2	209
Хлеб пшеничный 1С	50	2,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Сок в ассортименте	200	8,58	92	1		20		4		14	14	8	3	293
Соус молочный	30	3,63	35	1	2	3			9	1	30	5		256
Вафли «Зебра»	40	22,80	166	2	11	14								
<b>Всего</b>	<b>842</b>	<b>102,89</b>	<b>1087</b>	<b>35</b>	<b>43</b>	<b>143</b>		<b>16</b>	<b>121</b>	<b>83</b>	<b>444</b>	<b>123</b>	<b>9</b>	

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора



Н.А.Толокнова

**СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Сараны**

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	цена	Энерге- тическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe	
<b>21.09.2023г. 1 ст. ОБЗ</b>														
обед														
Суп гороховый	250	13,74	127	6	3	19		11	17	29	86	34	2	45,01
Рис отварной	150	11,84	236	4	7	40			44	7	83	27	1	224
Биточки куриные	90	28,37	239	14	16	13		1	38	17	154	24	2	209
Хлеб пшеничный 1С	50	2,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Сок в ассортименте	200	8,58	92	1		20		4		14	14	8	3	293
Соус молочный	30	3,63	35	1	2	3			9	1	30	5		256
Вафли «Зебра»	40	22,80	166	2	11	14								
завтрак														
Кисель витаминизиров.	200	4,31	109			27		24		60				274
Апельсин	170	29,62	166	2	11	14								
<b>Всего</b>	<b>1180</b>	<b>125,69</b>	<b>1288</b>	<b>34</b>	<b>51</b>	<b>174</b>		<b>43</b>	<b>108</b>	<b>140</b>	<b>411</b>	<b>115</b>	<b>9</b>	

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора



Н.А.Толокнова

**СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Сараны**

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	цена	Энерге- тиче- ская цен- ность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецеп- туры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe	
<b>21.09.2023 г. 2 ст. ОВЗ</b>														
обед														
Суп гороховый	250	13,74	127	6	3	19		11	17	29	86	34	2	45,01
Рис отварной	180	14,21	283	5	8	48			53	8	99	33	1	224
Биточки куриные	100	39,39	266	16	18	15		1	42	19	171	26	2	209
Хлеб пшеничный 1С	50	2,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Сок в ассортименте	200	8,58	92	1		20		4		14	14	8	3	293
Соус молочный	30	3,63	35	1	2	3			9	1	30	5		256
Вафли «Зебра»	40	22,80	166	2	11	14								
завтрак														
Кисель витаминизиров.	200	4,31	109			27		24		60				274
Апельсин	220	37,23	166	2	11	14								
<b>Всего</b>	<b>1220</b>	<b>146,69</b>	<b>1381</b>	<b>37</b>	<b>54</b>	<b>184</b>		<b>40</b>	<b>121</b>	<b>143</b>	<b>444</b>	<b>123</b>	<b>9</b>	

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора



Н.А.Толокнова

## СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Сараны

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	цена	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe	
<b>22.09.2023г. 1 ступень</b>														
обед														
Суп рыбный(консервы)	250	28,35	184	7	8	21		24	18	64	77	45	1	72
Капуста тушеная	150	13,04	131	4	5	20		75	44	86	67	33	1	235
Биточки из куриного мяса	90	29,37	239	14	16	13		1	38	17	154	24	2	209
Хлеб пшеничный 1С	50	2,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Сок в ассортименте	200	8,58	92	1		20		4		14	14	8	3	293
Яблоко	120	9,62	62	0	0	14								
<b>Всего</b>	<b>860</b>	<b>91,76</b>	<b>851</b>	<b>32</b>	<b>33</b>	<b>107</b>		<b>104</b>	<b>100</b>	<b>193</b>	<b>356</b>	<b>127</b>	<b>8</b>	

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	цена	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe	
<b>22.09.2023 г. 2 ступень</b>														
обед														
Суп рыбный(консервы)	250	28,35	184	7	8	21		24	18	64	77	45	1	72
Капуста тушеная	180	15,65	157	5	6	24		90	53	102	81	40	2	235
Биточки из куриного мяса	100	32,71	266	16	18	15		1	42	19	171	26	2	209
Хлеб пшеничный 1С	50	2,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Сок в ассортименте	200	8,58	92	1		20		4		14	14	8	3	293
Пирожное «Бон тайм»	20	14,80	90	0	3	16								
<b>Всего</b>	<b>800</b>	<b>102,89</b>	<b>907</b>	<b>33</b>	<b>36</b>	<b>120</b>		<b>119</b>	<b>113</b>	<b>211</b>	<b>387</b>	<b>136</b>	<b>9</b>	

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора



Н.А.Толокнова

**СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Сараны**

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	цена	Энерге- тическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe	
<b>22.09.2023г. 1 ст. ОВЗ</b>														
обед														
Суп рыбный(консервы)	250	28,35	184	7	8	21		24	18	64	77	45	1	72
Капуста тушеная	150	13,04	131	4	5	20		75	44	86	67	33	1	235
Биточки из куриного мяса	90	29,37	239	14	16	13		1	38	17	154	24	2	209
Хлеб пшеничный 1С	50	2,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Сок в ассортименте	200	8,58	92	1		20		4		14	14	8	3	293
завтрак														
Капуста тушеная	150	13,04	131	4	5	20		75	44	86	67	33	1	235
Биточки из куриного мяса	90	29,37	239	14	16	13		1	38	17	154	24	2	209
Чай с сахаром	200	1,14	49			12				10	2	3		300
<b>Всего</b>	<b>1180</b>	<b>125,69</b>	<b>1183</b>	<b>48</b>	<b>51</b>	<b>143</b>		<b>180</b>	<b>182</b>	<b>306</b>	<b>579</b>	<b>187</b>	<b>11</b>	

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора



Н.А.Толокнова

## СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Сараны

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	цена	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe	
<b>22.09.2023 г. 2 ст. ОВЗ</b>														
<b>обед</b>														
Суп рыбный(консервы)	250	27,20	184	7	8	21		24	18	64	77	45	1	72
Капуста тушеная	180	15,65	157	5	6	24		90	53	102	81	40	2	235
Биточки из куриного мяса	100	32,72	266	16	18	15		1	42	19	171	26	2	209
Хлеб пшеничный 1С	50	2,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Сок в ассортименте	200	8,58	92	1		20		4		14	14	8	3	293
<b>завтрак</b>														
Капуста тушеная	180	15,65	157	5	6	24		90	53	102	81	40	2	235
Биточки из куриного мяса	100	32,72	266	16	18	15		1	42	19	171	26	2	209
Хлеб пшеничный 1С	50	2,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Сок в ассортименте	200	8,57	92	1		20		4		14	14	8	3	293
<b>Всего</b>	<b>800</b>	<b>146,69</b>	<b>1450</b>	<b>59</b>	<b>58</b>	<b>187</b>		<b>214</b>	<b>208</b>	<b>358</b>	<b>697</b>	<b>227</b>	<b>17</b>	

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора



Н.А.Толокнова