

## 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>22.01.2024г. 1 ступень</b>														
обед														
Суп овощной	250	12,87	109	3	5	13		16	30	26	63	25	1	59
Рагу из мяса птицы	200	40,25	155	9	12	8		5		14	83	24	1	214
Салат из свежей капусты	100	17,70	97	1	7	7		29		33	24	13		4
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
Апельсин	160	21,50	71	2		13								
<b>Всего</b>	<b>970</b>	<b>96,26</b>	<b>599</b>	<b>19</b>	<b>25</b>	<b>77</b>		<b>50</b>	<b>30</b>	<b>95</b>	<b>216</b>	<b>82</b>	<b>3</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>22.01.2024 г. 2 ступень</b>														
обед														
Суп овощной	250	12,87	109	3	5	13		16	30	26	63	25	1	59
Рагу из мяса птицы	250	50,31	194	11	15	10		6		18	103	30	1	214
Салат из свежей капусты	100	17,70	97	1	7	7		29		33	24	13		4
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
Апельсин	170	23,11	71	2		13								
<b>Всего</b>	<b>1020</b>	<b>102,89</b>	<b>638</b>	<b>21</b>	<b>28</b>	<b>79</b>		<b>51</b>	<b>30</b>	<b>99</b>	<b>236</b>	<b>88</b>	<b>3</b>	

Директора 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>15.01.2024г. 1 ст. ОВЗ</b>														
<b>обед</b>														
Суп овощной	250	12,87	109	3	5	13		16	30	26	63	25	1	59
Рагу из мяса птицы	200	40,25	155	9	12	8		5		14	82	24	1	214
Салат из свежей капусты	100	17,70	97	1	7	7		29		33	24	13		4
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
<b>завтрак</b>														
Суп овощной	250	12,87	109	3	5	13		16	30	26	63	25	1	59
Салат из свежей капусты	100	17,70	97	1	7	7		29		33	24	13		4
Чай с сахаром	200	1,14	49			12				10	2	3		300
Апельсин	130	19,22	71	2		13								
<b>Всего</b>	<b>1530</b>	<b>125,69</b>	<b>854</b>	<b>23</b>	<b>37</b>	<b>109</b>		<b>95</b>	<b>60</b>	<b>164</b>	<b>304</b>	<b>103</b>	<b>4</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>15.01.2024г. 2 ст. ОВЗ</b>														
<b>обед</b>														
Суп овощной	250	12,87	109	3	5	13		16	30	26	63	25	1	59
Рагу из мяса птицы	250	50,31	194	11	15	10		6		18	103	30	1	214
Салат из свежей капусты	100	17,70	97	1	7	7		29		33	24	13		4
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
<b>завтрак</b>														
Суп овощной	250	12,87	109	3	5	13		16	30	26	63	25	1	59
Салат из свежей капусты	100	17,70	97	1	7	7		29		33	24	13		4
Чай с сахаром	200	1,14	49			12				10	2	3		300
Апельсин	300	31,30	71	2		13								
<b>Всего</b>	<b>1700</b>	<b>147,83</b>	<b>893</b>	<b>25</b>	<b>40</b>	<b>111</b>		<b>96</b>	<b>60</b>	<b>168</b>	<b>325</b>	<b>129</b>	<b>4</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)				№ рецеп- туры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Ca	Р	Mg	Fe	
<b>23.01.2024г. 1 ступень</b>														
обед														
Рассольник ленинградский	200/10	22,22	126	4	9	27		14	33	32	70	26	1	42
Пюре картофельное	150	13,35	160	3	6	23		25	44	16	99	33	1	241
Биточки рыбные	90	23,66	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
Мини рулет «Яшкино»	35	17,56	130	2	4	22								13 017
Апельсин	150	15,53	71	2		13								
<b>Всего</b>	<b>885</b>	<b>96,26</b>	<b>836</b>	<b>32</b>	<b>23</b>	<b>143</b>		<b>39</b>	<b>68</b>	<b>118</b>	<b>434</b>	<b>137</b>	<b>8</b>	

Приём пищи, наименование блюда	Масса пор- ции (г)	цена	Энергети- ческая ценность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецеп- туры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Ca	Р	Mg	Fe	
<b>23.01.2024 г. 2 ступень</b>														
обед														
Рассольник ленинградский	250/10	27,82	158	5	12	34		18	41	40	86	32	1	42
Пюре картофельное	180	16,02	192	4	7	28		30	53	20	119	39	1	241
Биточки рыбные	100	27,06	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
Мини рулет «Яшкино»	35	17,56	130	2	4	22								13 017
Апельсин	150	15,53	71	2		13								
	<b>975</b>	<b>107,93</b>	<b>920</b>	<b>36</b>	<b>27</b>	<b>157</b>		<b>48</b>	<b>118</b>	<b>135</b>	<b>495</b>	<b>155</b>	<b>8</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	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>23.01.2024 г. 1 ст. ОВЗ</b>														
<b>обед</b>														
Рассольник ленинградский	200	22,22	126	4	9	27		14	33	32	70	26	1	42
Пюре картофельное	150	13,35	160	3	6	23		25	44	16	99	33	1	241
Биточки рыбные	90	23,66	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		300
Мини рулет «Яшкино»	35	17,56	130	2	4	22								13 017
<b>завтрак</b>														
Сок	200	7,95	92	1		20				14	14	8	3	293
Пюре картофельное	150	13,35	160	3	6	23		25	44	16	99	33	1	241
Биточки рыбные	90	23,66	182	17	3	22			21	48	219	58	2	161
<b>Всего</b>	<b>1165</b>	<b>125,69</b>	<b>1199</b>	<b>51</b>	<b>32</b>	<b>195</b>		<b>64</b>	<b>163</b>	<b>196</b>	<b>766</b>	<b>236</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	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>23.01.2024 г. 2 ст. ОБЗ</b>														
обед														
Рассольник ленинградский	250/10	27,82	158	5	12	34		18	41	40	86	32	1	42
Пюре картофельное	180	16,02	192	4	7	28		30	53	20	119	39	1	241
Биточки рыбные	100	27,06	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		300
Апельсин	150	28,77	82	2		15								
завтрак														
Чай с сахаром	200	1,14	49			12				10	2	3		300
Пюре картофельное	180	16,02	192	4	7	28		30	53	20	119	39	1	241
Биточки рыбные	100	27,06	202	19	3	24			24	53	244	64	2	161
<b>Всего</b>	<b>1420</b>	<b>147,83</b>	<b>1244</b>	<b>57</b>	<b>33</b>	<b>201</b>		<b>78</b>	<b>195</b>	<b>218</b>	<b>860</b>	<b>261</b>	<b>8</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>24.01.2024г. 1 ступень</b>														
обед														
Суп с издел. макаронн.	200	20,26	179	8	7	20		17	19	29	69	36	1	47
Каша гречневая	150	12,62	269	9	8	39			44	16	207	138	5	219
Тефтели мясные	90/30	53,73	287	13	19	15		3	76	21	142	21	2	274
Хлеб пшеничный 1С	50	2,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Кисель витаминизиров.	200	6,85	109			27		24		60				274
<b>Всего</b>	<b>720</b>	<b>96,26</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	Са	Р	Mg	Fe	
<b>24.01.2024 г. 2 ступень</b>														
обед														
Суп с издел. макаронн.	250	25,32	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	100/30	58,16	318	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	6,85	109			27		24		60				274
<b>Всего</b>	<b>810</b>	<b>107,93</b>	<b>1090</b>	<b>37</b>	<b>39</b>	<b>136</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	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>24.01.2024 г. 1 ст. ОБЗ</b>														
обед														
Суп с издел. макаронн.	200	20,26	179	8	7	20		17	19	29	69	36	1	47
Каша гречневая	150	12,62	269	9	8	39			44	16	207	138	5	219
Тефтели мясные	90	53,73	287	13	19	15		3	76	21	142	21	2	274
Хлеб пшеничный 1С	50	2,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Кисель витаминизиров.	200	6,85	109			27		24		60				274
завтрак														
Йогурт	95	29,43	62			14								
<b>Всего</b>	<b>785</b>	<b>125,69</b>	<b>1024</b>	<b>34</b>	<b>35</b>	<b>139</b>		<b>48</b>	<b>139</b>	<b>138</b>	<b>462</b>	<b>202</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>24.01.2023г. 2 ст. ОВЗ</b>														
обед														
Суп с издел. макаронн.	250	25,32	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	100/30	58,16	318	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	6,85	109			27		24		60				274
завтрак														
Пирожное	32	10,49	92	1		20		4		14	14	8	3	300
Йогурт	95	29,43	62			14								
<b>Всего</b>	<b>937</b>	<b>147,83</b>	<b>1244</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	Са	Р	Mg	Fe	
<b>25.01.2024г. 1 ступень</b>														
обед														
Суп гороховый	250	17,98	127	6	3	19		11	17	29	86	34	2	45,01
Рис отварной	150	9,53	236	4	7	40			44	7	83	27	1	224
Биточки куриные	90	37,16	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
Компот из свежих яблок	200	5,79	114	1		28		4		14	14	8	3	282
Пирожное «Чоко пай»	28	23,00	125	1	5	19								13 017,07
<b>Всего</b>	<b>768</b>	<b>96,26</b>	<b>959</b>	<b>30</b>	<b>32</b>	<b>143</b>		<b>16</b>	<b>99</b>	<b>79</b>	<b>381</b>	<b>110</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	Са	Р	Mg	Fe	
<b>25.01.2024 г. 2 ступень</b>														
обед														
Суп гороховый	250	17,98	127	6	3	19		11	17	29	86	34	2	45,01
Рис отварной	180	13,53	283	5	8	48			53	8	99	33	1	224
Биточки куриные	100	44,83	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
Компот из свежих яблок	200	5,79	114	1		28		4		14	14	8	3	282
Пирожное «Чоко пай»	28	23,00	125	1	5	19								13 017,07
<b>Всего</b>	<b>808</b>	<b>107,93</b>	<b>1033</b>	<b>33</b>	<b>35</b>	<b>153</b>		<b>16</b>	<b>112</b>	<b>82</b>	<b>414</b>	<b>118</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)				№ рецеп- туры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe	
<b>25.04.2024 г. 1 ст. ОБЗ</b>														
обед														
Суп гороховый	250	17,98	127	6	3	19		11	17	29	86	34	2	45,01
Рис отварной	150	9,53	236	4	7	40			44	7	83	27	1	224
Биточки куриные	90	37,16	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
Компот из свежих яблок	200	5,79	114	1		28		4		14	14	8	3	282
Пирожное «Чоко пай»	28	23,00	125	1	5	19								13 017,07
завтрак														
Апельсин	170	29,43	166	2	11	14								
<b>Всего</b>	<b>938</b>	<b>125,69</b>	<b>1125</b>	<b>32</b>	<b>43</b>	<b>157</b>		<b>17</b>	<b>99</b>	<b>79</b>	<b>381</b>	<b>110</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)				№ рецеп- туры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Ca	Р	Mg	Fe	
<b>25.01.2024 г. 2 ст. ОБЗ</b>														
обед														
Суп гороховый	250	17,98	127	6	3	19		11	17	29	86	34	2	45,01
Рис отварной	180	13,53	283	5	8	48			53	8	99	33	1	224
Биточки куриные	100	44,83	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
Компот из свежих яблок	200	5,79	114	1		28		4		14	14	8	3	282
Пирожное «Чоко пай»	28	23,00	125	1	5	19								13 017,07
завтрак														
Каша манная молочная	205	8,47	252	7	8	38			2	12	43	34	1	106
Кисель витаминизиров.	200	6,85	109			27		24		60				274
Апельсин	120	24,58	166	2	11	14								
<b>Всего</b>	<b>1333</b>	<b>147,83</b>	<b>1560</b>	<b>42</b>	<b>54</b>	<b>232</b>		<b>40</b>	<b>114</b>	<b>154</b>	<b>457</b>	<b>152</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>26.01.2024г. 1 ступень</b>														
обед														
Суп рыбный(консервы)	250	28,66	184	7	8	21		24	18	64	77	45	1	72
Капуста тушеная	150	14,06	131	4	5	20		75	44	86	67	33	1	235
Кнели из кур с рисом	90	42,17	264	16	19	8		1	38	17	154	24	2	208
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>740</b>	<b>96,26</b>	<b>789</b>	<b>22</b>	<b>33</b>	<b>93</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>26.01.2024 г. 2 ступень</b>														
обед														
Суп рыбный(консервы)	250	28,66	184	7	8	21		24	18	64	77	45	1	72
Капуста тушеная	180	19,87	157	5	6	24		90	53	102	81	40	2	235
Биточки из куриного мяса	100	48,03	293	18	21	22		1	42	19	171	26	2	208
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>780</b>	<b>107,93</b>	<b>844</b>	<b>35</b>	<b>36</b>	<b>111</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>26.01.2024 г. 1 ст. ОБЗ</b>														
обед														
Суп рыбный(консервы)	250	28,66	184	7	8	21		24	18	64	77	45	1	72
Капуста тушеная	150	14,06	131	4	5	20		75	44	86	67	33	1	235
Кнели из кур с рисом	90	42,17	264	16	19	8		1	38	17	154	24	2	208
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
завтрак														
Капуста тушеная	150	14,06	131	4	5	20		75	44	86	67	33	1	235
Яблоко	120	14,23	66			15								
Чай с сахаром	200	1,14	49			12				10	2	3		300
<b>Всего</b>	<b>1210</b>	<b>125,69</b>	<b>1035</b>	<b>36</b>	<b>38</b>	<b>140</b>		<b>179</b>	<b>144</b>	<b>289</b>	<b>425</b>	<b>163</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>26.01.2024 г. 2 ст. ОБЗ</b>														
обед														
Суп рыбный(консервы)	250	28,66	184	7	8	21		24	18	64	77	45	1	72
Капуста тушеная	180	19,87	157	5	6	24		90	53	102	81	40	2	235
Биточки из куриного мяса	100	48,03	293	18	21	22		1	42	19	171	26	2	208
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	180	19,87	157	5	6	24		90	53	102	81	40	2	235
Яблоко	100	18,88	66			15								
Чай с сахаром	200	1,14	49			12				10	2	3		300
<b>Всего</b>	<b>1260</b>	<b>147,83</b>	<b>1116</b>	<b>40</b>	<b>42</b>	<b>162</b>		<b>209</b>	<b>166</b>	<b>323</b>	<b>470</b>	<b>179</b>	<b>11</b>	

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора



Н.А.Толокнова