

## 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>25.12.2023г. 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	17,00	71	2		13								
<b>Всего</b>	<b>970</b>	<b>91,76</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>25.12.2023 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	18,07	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>25.12.2023г. 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	180	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>25.12.2023г. 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	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>26.12.2023г. 1 ступень</b>														
обед														
Щи из свежей капусты	250/10	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
Биточки куриные	90	34,66	239	14	16	13		3	15	18	147	22	2	209
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	23,16	103	8	8					180	118	10		366
Яйцо куриное	40	9,50	63	5	5					22	77	5	1	139
<b>Всего</b>	<b>820</b>	<b>91,76</b>	<b>895</b>	<b>39</b>	<b>42</b>	<b>95</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	Са	Р	Mg	Fe	
<b>26.12.2023 г. 2 ступень</b>														
обед														
Щи из свежей капусты	250/10	12,38	112	2	7	11		40	57	113	99	52	5	63
Изделия макаронные	180	9,74	253	7	6	42			53	19	55	10	1	227
Тефтели мясные	100	38,51	265	18	21	12		3	17	20	164	25	2	209
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	40	28,82	137	11	11					270	177	15		366
Яйцо куриное	40	9,50	63	5	5					22	77	5	1	139
<b>Всего</b>	<b>870</b>	<b>102,89</b>	<b>997</b>	<b>47</b>	<b>51</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	Ca	P	Mg	Fe	
<b>26.12.2023г. 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
Биточки куриные	90	34,66	239	14	16	13		3	15	18	147	22	2	209
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	10,00	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	40	29,35	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
Яблоко	150	16,50	66			15								
<b>Всего</b>	<b>1230</b>	<b>125,69</b>	<b>1169</b>	<b>40</b>	<b>48</b>	<b>146</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	Энергети- ческая ценность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Ca	Р	Mg	Fe	
<b>26.12.2023г. 2 ст. ОВЗ</b>														
обед														
Щи из свежей капусты	250	12,38	112	2	7	11		40	57	113	99	52	5	63
Изделия макаронные	180	9,74	253	7	6	42			53	19	55	10	1	227
Тефтели мясные	100	38,51	265	18	21	12		3	17	20	164	25	2	209
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	10,00	63	5	5					22	77	5	1	139
завтрак														
Чай с сахаром	200	1,14	49			12				10	2	3		300
Сыр полутвердый	40	29,35	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
Яблоко	200	33,17	66			15								
<b>Всего</b>	<b>1320</b>	<b>147,83</b>	<b>1237</b>	<b>45</b>	<b>54</b>	<b>152</b>		<b>43</b>	<b>186</b>	<b>399</b>	<b>605</b>	<b>142</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>27.12.2023г. 1 ступень</b>														
<b>обед</b>														
Борщ с капустой	250	11,25	111	2	7	11		25	29	65	87	45	2	37,01
Пюре картофельное	150	13,35	160	3	6	23		25	44	16	99	33	1	241
Голубцы ленивые	90	35,43	137	8	9	6		1	58	20	59	24	2	178
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
Яблоко	150	27,79	62			14								
<b>Всего</b>	<b>890</b>	<b>91,76</b>	<b>637</b>	<b>17</b>	<b>23</b>	<b>90</b>		<b>51</b>	<b>131</b>	<b>123</b>	<b>291</b>	<b>122</b>	<b>6</b>	

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>27.12.2023 г. 2 ступень</b>														
<b>обед</b>														
Борщ с капустой	250	11,25	111	2	7	11		25	29	65	87	45	2	37,01
Пюре картофельное	180	16,02	193	4	7	28		30	53	20	119	39	1	241
Голубцы ленивые	100	41,31	152	9	10	7		1	64	22	65	27	2	178
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
Яблоко	160	30,37	66			15								
<b>Всего</b>	<b>940</b>	<b>102,89</b>	<b>689</b>	<b>19</b>	<b>25</b>	<b>97</b>		<b>56</b>	<b>146</b>	<b>129</b>	<b>317</b>	<b>131</b>	<b>6</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>27.12.2023г. 1 ст. ОБЗ</b>														
обед														
Борщ с капустой	250	11,25	111	2	7	11		25	29	65	87	45	2	37,01
Пюре картофельное	150	13,35	160	3	6	23		25	44	16	99	33	1	241
Голубцы ленивые	90	35,43	137	8	9	6		1	58	20	59	24	2	178
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
завтрак														
Чай с сахаром	200	1,14	49			12				10	2	3		300
Пюре картофельное	150	13,35	160	3	6	23		25	44	16	99	33	1	241
Голубцы ленивые	90	35,43	137	8	9	6		1	58	20	59	24	2	178
Яблоко	100	11,80	62			14								
<b>Всего</b>	<b>1280</b>	<b>125,69</b>	<b>983</b>	<b>28</b>	<b>38</b>	<b>131</b>		<b>77</b>	<b>233</b>	<b>169</b>	<b>451</b>	<b>182</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	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>27.12.2023г. 2 ст. ОБЗ</b>														
обед														
Борщ с капустой	250	11,25	111	2	7	11		25	29	65	87	45	2	37,01
Пюре картофельное	180	16,02	193	4	7	28		30	53	20	119	39	1	241
Голубцы ленивые	100	41,31	152	9	10	7		1	64	22	65	27	2	178
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
завтрак														
Чай с сахаром	200	1,14	49			12				10	2	3		300
Пюре картофельное	180	16,02	193	4	7	28		30	53	20	119	39	1	241
Голубцы ленивые	100	41,31	152	9	10	7		1	64	22	65	27	2	178
Яблоко	120	16,84	62			14								
<b>Всего</b>	<b>1230</b>	<b>147,83</b>	<b>1079</b>	<b>32</b>	<b>42</b>	<b>143</b>		<b>87</b>	<b>263</b>	<b>181</b>	<b>503</b>	<b>200</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>28.12.2023г. 1 ступень</b>														
обед														
Суп крестьянский	250/10	18,46	120	3	6	14		20	40	37	75	21	1	51
Изделия макаронные	150	8,12	211	6	5	35			44	16	46	8	1	227
Фрикадельки из кур. мяса	90	41,74	271	15	17	14		1	38	17	154	24	2	217
Хлеб пшеничный 1С	50	2,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Компот из свежих яблок	200	6,85	106			25		8		11	7	5	1	284
Шоколад «Крокант»	28	13,79	156	2	11	14								
<b>Всего</b>	<b>778</b>	<b>91,76</b>	<b>982</b>	<b>30</b>	<b>40</b>	<b>126</b>		<b>29</b>	<b>122</b>	<b>93</b>	<b>326</b>	<b>75</b>	<b>6</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>28.12.2023 г. 2 ступень</b>														
обед														
Суп крестьянский	250/10	18,46	120	3	6	14		20	40	37	75	21	1	51
Изделия макаронные	180	9,74	253	7	6	42			53	19	55	10	1	227
Котлеты из куриного мяса	100	46,38	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	6,85	106			25		8		11	7	5	1	284
Шоколад «Манго»	40	18,66	156	2	11	14								
<b>Всего</b>	<b>830</b>	<b>102,89</b>	<b>1077</b>	<b>32</b>	<b>42</b>	<b>134</b>		<b>29</b>	<b>135</b>	<b>98</b>	<b>352</b>	<b>79</b>	<b>6</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>28.12.2023г. 1 ст. ОВЗ</b>														
обед														
Суп крестьянский	250	18,46	120	3	6	14		20	40	37	75	21	1	51
Изделия макаронные	150	8,12	211	6	5	35			44	16	46	8	1	227
Фрикадельки из мяса кур	90	41,74	271	15	17	14		1	38	17	154	24	2	217
Хлеб пшеничный 1С	50	2,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Компот из свежих яблок	200	6,85	106			25		8		11	7	5	1	284
завтрак														
Сок	200	20,00	92	1		20		4		14	14	8	3	300
Йогурт	95	27,72	62			14								
<b>Всего</b>	<b>1035</b>	<b>125,69</b>	<b>980</b>	<b>29</b>	<b>29</b>	<b>146</b>		<b>33</b>	<b>122</b>	<b>107</b>	<b>340</b>	<b>83</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>28.12.2023г. 2 ст. ОВЗ</b>														
обед														
Суп крестьянский	250/10	18,46	120	3	6	14		20	40	37	75	21	1	51
Изделия макаронные	180	9,74	253	7	6	42			53	19	55	10	1	227
Котлеты из куриного мяса	100	46,38	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	6,85	106			25		8		11	7	5	1	284
завтрак														
Сок	200	20,00	92	1		20		4		14	14	8	3	300
Йогурт	95	27,72	62			14								
Шоколад «Манго»	40	15,88	156	2	11	14								
<b>Всего</b>	<b>11125</b>	<b>147,83</b>	<b>1173</b>	<b>33</b>	<b>42</b>	<b>164</b>		<b>33</b>	<b>135</b>	<b>112</b>	<b>366</b>	<b>83</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>29.12.2023г. 1 ступень</b>														
обед														
Рассольник ленинградский	200/10	23,98	232	4	15	16		6	33	33	55	25	1	42.01
Рис отварной	150	9,53	236	4	7	40			44	7	83	27	1	224
Котлета мясная	90	54,31	227	14	15	7			38	14	178	29	3	189
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>Всего</b>	<b>700</b>	<b>91,76</b>	<b>662</b>	<b>16</b>	<b>38</b>	<b>99</b>		<b>6</b>	<b>115</b>	<b>76</b>	<b>362</b>	<b>101</b>	<b>5</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>29.12.2023 г. 2 ступень</b>														
обед														
Рассольник ленинградский	250/10	29,97	290	5	19	20		7	41	41	69	31	1	42.01
Рис отварной	180	11,44	283	5	8	48			53	8	99	33	1	224
Котлета мясная	100	57,54	253	15	17	8			42	15	198	32	3	189
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>Всего</b>	<b>790</b>	<b>102,89</b>	<b>992</b>	<b>29</b>	<b>45</b>	<b>112</b>		<b>7</b>	<b>136</b>	<b>86</b>	<b>412</b>	<b>126</b>	<b>5</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>29.12.2023г. 1 ст. ОБЗ</b>														
обед														
Рассольник ленинградск.	250	23,98	232	4	15	16		6	33	33	55	25	1	42,01
Рис отварной	150	9,53	236	4	7	40			44	7	83	27	1	224
Котлета мясная	90	54,31	227	14	15	7			38	14	178	29	3	189
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	3	300
завтрак														
Кисель витаминизиров.	200	4,31	109			27		24		60				274
Апельсин	170	29,62	166	2	11	14								
<b>Всего</b>	<b>1110</b>	<b>125,69</b>	<b>1137</b>	<b>28</b>	<b>49</b>	<b>140</b>		<b>30</b>	<b>115</b>	<b>136</b>	<b>362</b>	<b>101</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>29.12.2023г. 2 ст. ОБЗ</b>														
обед														
Рассольник ленинградск.	250/10	29,97	290	5	19	20		7	41	41	69	31	1	42.01
Рис отварной	180	11,44	283	5	8	48			53	8	99	33	1	224
Котлета мясная	100	57,54	253	15	17	8			42	15	198	32	3	189
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	3	300
завтрак														
Кисель витаминизиров.	200	4,31	109			27		24		60				274
Апельсин	150	25,63	166	2	11	14								
Булочка домашняя	60	15,00	228	4	7	37								312
<b>Всего</b>	<b>1200</b>	<b>147,83</b>	<b>1496</b>	<b>35</b>	<b>63</b>	<b>190</b>		<b>31</b>	<b>136</b>	<b>146</b>	<b>412</b>	<b>116</b>	<b>8</b>	

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора



Н.А.Толокнова