

**Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва**

1 ступень (1-4 классы)

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетиче- ская 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	
11.09.2023														
Завтрак														
Щи из свежей ка- пусты с картофе- лем	250/10	33,24	112		40	57	2	7	11	113	52	99	5	63
Тефтели мясные	100	36,17	280	-	3	15	17	19	11	18	22	147	2	200
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,42	211	-	-	44	6	5	35	16	8	46	1	227
Компот из с/ф	200	6,40	120	-	1	-	1	-	28	42	27	38	1	283
Хлеб пшеничный	50	3,80	118	-	-	-	4	1	24	12	17	44	1	13002
Кондитерское из- дел.	30	5,73 ₹	71				1	1	15					
Итого		91,76												

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора



Н.А.Толокнова

**Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва**

2 ступень (5-9 классы)

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетиче- ская ценность (ккал)	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Mg	Р	Fe	
11.09.2023														
Завтрак														
Щи из свежей капусты с картофелем	250/10	33,24	112		40	57	2	7	11	113	52	99	5	63
Тефтели мясные	100	36,17	280	-	3	15	17	19	11	18	22	147	2	200
Каша гречневая рас- сыпчатая	180	8,42	211	-	-	44	6	5	35	16	8	46	1	227
Компот из с/ф	200	6,40	120	-	1	-	1	-	28	42	27	38	1	283
Хлеб пшеничный	50	3,80	118	-	-	-	4	1	24	12	17	44	1	13002
Кондитерское издел.	30	5,73	71				1	1	15					
Фрукт	200	9,13	71				1	1	15					
Итого		102,89												

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора



Н.А.Толокнова

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва

1 ступень (2 класс ОБЗ)

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетиче- ская ценность (ккал)	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Mg	Р	Fe	
11.09.2023														
Завтрак														
Щи из свежей капусты с картофелем	250/10	31,68	112		40	57	2	7	11	113	52	99	5	63
Тефтели мясные	100	36,17	280	-	3	15	17	19	11	18	22	147	2	200
Каша гречневая рас- сыпчатая	150	6,42	211	-	-	44	6	5	35	16	8	46	1	227
Компот из с/ф	200	6,40	120	-	1	-	1	-	28	42	27	38	1	283
Хлеб пшеничный	50	3,80	118	-	-	-	4	1	24	12	17	44	1	13002
Завтрак 2														
Яйцо отварное	40	7,8	118				4	1	24					139
Хлеб пшеничный (Осень - Весна)	50	3,80	118	-	-	-	4	1	24	12	17	44	1	13002
Чай с сахаром	200	5	60				0	0	15					493
Яблоко свеж.	50	8,76	110				0	0	23					112
Печенье сдобное	50	15,86	71				1	1	15					
Итого		125,69												

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора

 **Н.А.Толокнова**

**Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва**

2 ступень (7,8,9 классы ОВЗ)

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетиче- ская ценность (ккал)	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда	
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Mg	Р	Fe		
11.09.2023															
Завтрак															
Щи из свежей капусты с картофелем	250/10	31,68	112		40	57	2	7	11	113	52	99	5	63	
Тефтели мясные	100	36,17	280	-	3	15	17	19	11	18	22	147	2	200	
Каша гречневая рас- сыпчатая	150	6,42	211	-	-	44	6	5	35	16	8	46	1	227	
Компот из с/ф	200	6,40	120	-	1	-	1	-	28	42	27	38	1	283	
Хлеб пшеничный	50	3,80	118	-	-	-	4	1	24	12	17	44	1	13002	
Завтрак 2															
Яйцо отварное	40	7,8	118				4	1	24						139
Хлеб пшеничный (Осень - Весна)	50	3,80	118	-	-	-	4	1	24	12	17	44	1	13002	
Чай с сахаром	200	5	60				0	0	15						493
Яблоко свеж.	50	8,76	110				0	0	23						112
Йогурт	130	38	100				2	3	17						
Итого		147,83													

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора



Н.А.Толокнова

**Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва**

1 ступень (1-4 классы)

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетиче- ская цен- ность (ккал)	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- центу- ры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Mg	Р	Fe	
12.09.2023														
Рассольник Ленин- градский	200/10	31,12	126	-	14	33	4	9	27	32	26	70	1	42
Биточки рыбные	90	26,10	182	-	-	21	17	3	22	48	58	219	2	161
Соус молочный	30	5,59	35			9	1	2	3	1	5	30		256
Пюре картофельное	150	12,02	160	-	25	44	3	6	23	16	33	99	1	241
Компот из с/ф	200	6,40	49	-	-	-	-	-	12	-	-	-	-	300
Хлеб пшеничный	50	3,80	118	-	-	-	4	1	24	12	44	44	1	13002
Огурец свежий	60	6,73	8						2					
Итого		91,76												

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора



Н.А.Толокнова

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва

2 ступень (5-9 классы)

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	
12.09.2023														
Рассольник Ленинградский	250/10	33,40	156	-	14	33	5	12	34	40	28	76	2	42
Биточки рыбные	100	31,95	202	-	-	21	19	3	24	53	64	244	3	161
Соус молочный	30	5,59	35			9	1	2	3	1	5	30		256
Пюре картофельное	180	12,02	193	-	25	44	4	7	28	16	33	99	2	241
Компот из с/ф	200	6,40	49	-	-	-	-	-	12	-	-	-	-	300
Хлеб пшеничный	60	4,56	118	-	-	-	4	1	24	12	44	44	1	13002
Огурец свежий	80	8,97	8						2					
Итого		102,89												

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора



Н.А.Толокнова

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва

1 ступень (2 класс ОВЗ)

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	
12,09.2023														
Рассольник Ленинградский	250/10	31,12	156	-	14	33	5	12	34	40	28	76	2	42
Биточки рыбные	100	26,10	202	-	-	21	19	3	24	53	64	244	3	161
Соус молочный	30	5,59	35			9	1	2	3	1	5	30		256
Пюре картофельное	180	18,46	193	-	25	44	4	7	28	16	33	99	2	241
Компот из с/ф	200	6,40	49	-	-	-	-	-	12	-	-	-	-	300
Хлеб пшеничный	60	3,80	118	-	-	-	4	1	24	12	44	44	1	13002
Завтрак 2														
Бутерброд	50/8/10	29,22	122				5	8	82					377
Чай с сахаром	200	5,00	60				0	0	15					497
Итого		125,69												

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора



Н.А.Толокнова

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва

2 ступень (7,8,9 классы ОВЗ)

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	
12.09.2023														
Рассольник Ленинградский	250/10	31,12	156	-	14	33	5	12	34	40	28	76	2	42
Биточки рыбные	100	26,10	202	-	-	21	19	3	24	53	64	244	3	161
Соус молочный	30	5,59	35			9	1	2	3	1	5	30		256
Пюре картофельное	180	18,46	193	-	25	44	4	7	28	16	33	99	2	241
Компот из с/ф	200	6,40	49	-	-	-	-	-	12	-	-	-	-	300
Хлеб пшеничный	60	3,80	118	-	-	-	4	1	24	12	44	44	1	13002
Завтрак 2														
Бутерброд	50/8/10	27,36	122				5	8	82					377
Чай с сахаром	200	5,00	60				0	0	15					497
Сок фруктовый	200	24,00	43				0	0	11					
Итого		147,83												

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора



Н.А.Толокнова

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва

1 ступень (1-4 классы)

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	
13.09.2023														
Завтрак														
Суп с макарон изделиями	200	27,70	179	-	-	-	8	7	20	29	35	69	1	47
Кнели курин с рисом	90	36,12	264	-	2	23	16	19	8	13	24	35	1	208
Макарон изделия	150	5,42	211	-	-	44	6	5	35	16	8	46	1	227
Компот из с/ф	200	6,40	49	-	-	-	-	-	12	-	-	-	-	300
Хлеб пшеничный	50	3,80	118	-	-	-	4	1	24	12	44	44	1	13002
Соус томат	30	5,59	35	-	-	-	1	2	3	-	-	-	-	30
Зелен.горошек консерв.	50	6,73	30				2		5					
Итого		91,76												

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора



Н.А.Толокнова

**Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва**

2 ступень (5-9 классы)

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	
13.09.2023														
Завтрак														
Суп с макарон изделиями	250	32,5	223	-	-	-	10	9	25	37	44	86	2	47
Кнели курин с рисом	100	40,0	293	-	2	23	18	21	8	14	26	38	3	208
Макарон изделия	200	6,0	211	-	-	44	6	5	35	16	8	46	1	227
Компот из с/ф	200	6,40	49	-	-	-	-	-	12	-	-	-	-	300
Хлеб пшеничный	60	4,56	118	-	-	-	4	1	24	12	44	44	1	13002
Соус томат	30	5,59	35	-	-	-	1	2	3	-	-	-	-	30
Зелен.горошек консерв.	60	7,84	30				2		5					
Итого		102,89												

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора



Н.А.Голокнова

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва

1 ступень (2 класс 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	
13.09.2023														
Завтрак														
Суп с макарон изделиями	200	27,70	223	-	-	-	10	9	25	37	44	86	2	47
Кнели курин с рисом	90	36,12	293	-	2	23	18	21	8	14	26	38	3	208
Макарон изделия	100	5,42	211	-	-	44	6	5	35	16	8	46	1	227
Компот из с/ф	200	6,40	49	-	-	-	-	-	12	-	-	-	-	300
Хлеб пшеничный	50	3,80	118	-	-	-	4	1	24	12	44	44	1	13002
Соус томат	30	5,59	35	-	-	-	1	2	3	-	-	-	-	30
Завтрак 2														
Печенье сдобное	50	16,66	71				1	1	15					
Сок фруктовый	200	24,00	43				0	0	11					
Итого		125,69												

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора



Н.А.Толокнова

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва

2 ступень (7,8,9 классы ОВЗ)

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	
13.09.2023														
Завтрак														
Суп с макарон изделиями	200	27,70	223	-	-	-	10	9	25	37	44	86	2	47
Кнели курин с рисом	90	36,12	293	-	2	23	18	21	8	14	26	38	3	208
Макарон изделия	100	5,42	211	-	-	44	6	5	35	16	8	46	1	227
Компот из с/ф	200	6,40	49	-	-	-	-	-	12	-	-	-	-	300
Хлеб пшеничный	50	3,80	118	-	-	-	4	1	24	12	44	44	1	13002
Соус томат	30	5,59	35	-	-	-	1	2	3	-	-	-	-	30
Завтрак 2														
Огурец свежий(нарезка)	70	16,00	8				0	0	2					319
Хлеб пшеничный	50	3,80	118	-	-	-	4	1	24	12	44	44	1	13002
Йогурт	130	38,00	100				2	3	17					
Чай с сахаром	200	5	60				0	0	15					493
Итого		147,83												

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора



Н.А.Толокнова

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва

1 ступень (1-4 классы)

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетиче- ская ценность (ккал)	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Mg	Р	Fe	
14.09.2023														
Завтрак														
Суп гороховый	250	32,25	129	-	12	18	6	3	19	30	35	87	2	45.01
Котлета куриная	90	29,55	227	-	-	38	14	15	7	14	29	178	3	189
Рис отварной	150	7,44	225	-	-	44	4	5	40	7	27	83	1	224
Компот из с/ф	200	6,40	120	-	1	-	1	-	28	42	27	38	1	283
Хлеб пшеничный	30	3,80	118	-	-	-	4	1	24	12	17	44	1	13002
Соус молочный	30	5,59	37	-			1	2	3					256
Фрукты свежие	120	6,73	71				1	1	15					
Итого		91,76												

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора



Н.А.Толокнова

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва

2 ступень (5-9 классы)

Приём пищи, наименование блюда	Масса пор- ции	Цена	Энерге- тиче- ская 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	
14.09.2023														
Завтрак														
Суп гороховый	250	32,25	129	-	12	18	6	3	19	30	35	87	2	45.01
Котлета куриная	100	32,0	253	-	-	42	15	17	8	15	32	198	3	189
Рис отварной	180	7,2	270	-	-	44	4	5	40	7	27	83	1	224
Компот из с/ф	200	6,40	120	-	1	-	1	-	28	42	27	38	1	283
Хлеб пшеничный	30	4,56	118	-	-	-	4	1	24	12	17	44	1	13002
Соус молочный	30	5,59	37	-			1	2	3					256
Фрукты свежие	200	14,89	71				1	1	15					
Итого		102,89												

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора



Н.А.Толокнова

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва

1 ступень (2 класс 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	
14,09,2023														
Завтрак														
Суп гороховый	250	32,25	129	-	12	18	6	3	19	30	35	87	2	45.01
Котлета куриная	90	29,55	253	-	-	42	15	17	8	15	32	198	3	189
Рис отварной	150	7,44	270	-	-	44	4	5	40	7	27	83	1	224
Компот из с/ф	200	6,40	120	-	1	-	1	-	28	42	27	38	1	283
Хлеб пшеничный	30	3,80	118	-	-	-	4	1	24	12	17	44	1	13002
Соус молочный	30	5,59	37	-			1	2	3					256
Завтрак 2														
Ватрушка с повидлом	60	21,36	219				7	3	42					330
Чай	200	5,00	43				0	0	11					
Яблоко свежее	100	14,30	71				1	1	17					
Итого		125,69												

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора



Н.А.Толокнова

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва

2 ступень (7,8,9 классы ОВЗ)

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	
14.09.2023														
Завтрак														
Суп гороховый	250	32,25	129	-	12	18	6	3	19	30	35	87	2	45.01
Котлета куриная	90	29,55	253	-	-	42	15	17	8	15	32	198	3	189
Рис отварной	150	7,44	270	-	-	44	4	5	40	7	27	83	1	224
Компот из с/ф	200	6,40	120	-	1	-	1	-	28	42	27	38	1	283
Хлеб пшеничный	30	3,80	118	-	-	-	4	1	24	12	17	44	1	13002
Соус молочный	30	5,59	37	-			1	2	3					256
Завтрак 2														
Ватрушка с повидлом	60	21,36	219				7	3	42					330
Сок фруктовый	200	24,00	43				0	0	11					
Яблоко свежее	116	17,44	71				1	1	17					
Итого		147,83												

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора



Н.А.Толокнова

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва

1 ступень (1-4 классы)

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	
15.09.2023														
Завтрак														
Суп рыбный	250	26,18	184	-	24	18	7	8	21	64	45	77	1	72
Капуста тушенная	150	19,10	131	-	74	44	4	5	20	85	33	67	2	235
Котлеты куриные	90	29,55	227	-	1	38	14	16	13	17	24	154	1	189
Компот из с/ф	200	6,4	120	-	1	-	1	-	28	42	27	38	1	283
Хлеб пшеничный	50	3,80	118	-	-	-	4	1	24	12	17	44	1	13002
Кондитерское изделие	30	6,73	125				1	1	19					
Итого		91,76												

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора



Н.А.Голокнова

**Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва**

2 ступень (5-9 классы)

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетиче- ская ценность (ккал)	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда	
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Mg	Р	Fe		
15.09.2023															
Завтрак															
Суп рыбный	250	26,18	184	-	24	18	7	8	21	64	45	77	1	72	
Капуста тушеная	180	21,60	157	-	90	53	5	6	24	102	40	81	2	235	
Котлеты куриные	100	32,0	266	-	1	38	16	18	15	19	26	171	2	189	
Компот из с/ф	200	6,4	120	-	1	-	1	-	28	42	27	38	1	283	
Хлеб пшеничный	50	3,80	118	-	-	-	4	1	24	12	17	44	1	13002	
Кондитерское из- делие	30	6,73	125				1	1	19						
Апельсин	90	6,18													
Итого		102,89													

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора



Н.А.Толокнова

**Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва**

1 ступень (2 класс ОБЗ)

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетиче- ская ценность (ккал)	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Mg	Р	Fe	
15.09.2023														
Завтрак														
Суп рыбный	250	26,18	184	-	24	18	7	8	21	64	45	77	1	72
Капуста тушеная	150	19,10	157	-	90	53	5	6	24	102	40	81	2	235
Котлеты куриные	90	28,75	266	-	1	38	16	18	15	19	26	171	2	189
Компот из с/ф	200	6,4	120	-	1	-	1	-	28	42	27	38	1	283
Хлеб пшеничный	50	3,80	118	-	-	-	4	1	24	12	17	44	1	13002
Завтрак 2														
Кондитерское из- делие	30	6,73	125				1	1	19					
Сок фруктовый	200	24,00	60				0	0	15					493
Фрукт-Яблоко	100	10,73	71				1	1	15					
Итого		125,69												

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора



Н.А.Толокнова

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в п. Средняя Усьва

2 ступень (7,8,9 классы ОБЗ)

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Энергетиче- ская ценность (ккал)	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Mg	Р	Fe	
15.09.2023														
Завтрак														
Суп рыбный	250	26,18	184	-	24	18	7	8	21	64	45	77	1	72
Капуста тушенная	150	19,10	157	-	90	53	5	6	24	102	40	81	2	235
Котлеты куриные	90	28,75	266	-	1	38	16	18	15	19	26	171	2	189
Компот из с/ф	200	6,4	120	-	1	-	1	-	28	42	27	38	1	283
Хлеб пшеничный	50	3,80	118	-	-	-	4	1	24	12	17	44	1	13002
Завтрак 2														
Кондитерское из- делие	30	6,73	125				1	1	19					
Чай с сахаром	200	5	60				0	0	15					493
Фрукт-Яблоко	100	13,87	71				1	1	15					
Йогурт	130	38	100				2	3	17					
Итого		147,83												

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора



Н.А.Толокнова