

СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школа в р.п. Бисер

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Р	Mg	Fe	
02.05.2024.1 ступ														
Суп овощной	250	92	10.73	0,15	20	300	4,2	4	10,5	41	77	27	1,7	
Биточки мясные	90	261	38,68	0,4	0	0,34	12	22,6	2,5	14,5	132	20	1,44	
Макароны отварн.	150	147	6.58	0	0	0,06	5	0,6	30	10	9	9	0,6	
Сок	200	92	8.67	0.02	4	0	1	0	14	6	4	3	0.4	
Хлеб	60	142	3.60	0,4	0,2	0	4	0.2	20	14	14	8	2.8	
Булочка	100	75	28.00	0	30	5	1	6	20	50	30	17	0.5	
Всего	910	809	96,26	0.97	54.2	305.4	27.2	33.4	97	135.5	266	84	7.44	

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Р	Mg	Fe	
02.05.2024.2 ступ														
Суп овощной	250	92	11,08	0,15	20	30	4,2	4	10,5	41	77	27	1,7	
Биточки мясные	90	261	38,68	0,4	0	0,35	12	22,6	2,5	14,5	132	20	1,44	
Макароны отвар	150	147	6.58	0	0	0,06	5	0,6	30	10	9	9	0,6	
Сок	200	92	8.67	0.02	4	0	1	0	14	6	4	3	0,4	
Хлеб	60	142	3,60	0,4	0,2	0	4	0	28	125	129	41	3,6	
Булочка	100	75	28.00	0	30	5	1	6	20	50	30	17	0.5	
Яблоко	100	88	11,32	0,1	19	9	1	1	20	30	20	17	6	
Всего	950	897	107,93	1,07	73,2	44,41	28,2	34.2	125	276.5	401	134	14,24	

Руководитель СП



Т.А.Ощепкова

СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школа в р.п. Бисер

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Р	Mg	Fe	
02.05.24.ОВЗ 1 ступень														
Завтрак														
Суп молоч верми	250	140	17,20	006	2	5	5	6	12	192	141	22	2	
Кофейн напиток	200	580	13,19	0	0	0	20	5	116	0	3	0	1	
Хлеб	30	82	1,80	0.4	0,2	0	3	1,3	13	125	129	41	3,6	
Обед														
Суп овощной	250	92	11,08	0,15	20	300	4,2	4	10,5	41	77	27	1,7	
Рожки отварные	150	147	6,58	0	0	0,1	5	0,6	30	10	9	9	0,6	
Котлета мясная	70	261	37,37	0,4	0	0,3	12	22,6	2,5	14,5	132	20	1,4	
Сок	200	92	8,67	0,02	4	0	1	0,2	20	14	14	8	2,8	
Хлеб	30	142	1,80	0,4	0,2	0	4	0	28	125	129	41	3,6	
Булочка	100	367	28,00	0.4	1,2	5	9,4	11,6	56	86	94	24	2,9	
Всего	1280	1903	125,69	1.83	27,6	310,4	63,6	51,3	288	607,5	728	192	19,6	

Руководитель СП



Т.А.Ощепкова

СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школа в р.п. Бисер

Приём пищи, наименование блю- да	Масса порции (г)	Энер- гети- ческая цен- ность (ккал)	Цена	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Р	Mg	Fe	
02.05.24.ОВЗ														
2 ступень														
Завтрак														
Суп молочн вер	250	140	17,20	0.06	2	5	5	6	12	192	141	22	2	
Кофейный напи	200	92	13,19	0.02	4	0	1	0.2	20	14	14	8	2.8	
Батон масло сыр	30\10\10	580	14,88	0	0	0	20	5	116	0	3	0	1	
Хлеб	30	82	1,80	0,4	0,2	0	3	1,3	13	125	129	41	3,6	
Обед														
Суп овощной	250	92	15,23	0,15	20	300	4.2	4	10.5	41	77	27	1,7	
Рожки отварные	150	147	6.58	0	0	0,1	5	0,6	30	10	9	9	0,6	
Котлета мясная	100	261	38,68	0,4	0	0,3	12	22,6	2,5	14,5	132	20	1,4	
Хлеб	90	142	3,60	0,4	0,2	0	4	0	28	125	129	41	3,6	
Сок	200	92	8,67	0.02	4	0	1	0,2	20	14	14	8	2.8	
Булочка	100	367	28,00	0.4	1,2	5	9,4	11,6	56	86	94	24	2.9	
Всего	1420	1995	147,83	1.85	33,6	312,4	65,1	51.8	308,5	629,5	750	205	22,6	


Руководитель СП  Т.А.Ощепкова

СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школа в р.п. Бисер

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Р	Mg	Fe	
03.05.2024г.1 ступень														
Зелен горошек	20	25	4,16	0,15	10	20	2	0	3	10	50	12	0,3	
Борщ	250	144	13,58	0,06	12,2	40	9,5	7,2	10,7	46,5	122	32	2,5	
Котлета рыбная	90	79	26,16	0,04	0,3	46	8,2	4	1,9	18	88	16	0,5	
Пюре картофельн	150	170	13,51	0,15	9	57	3	6,3	25	36	68	27	0,5	
Кисель	200	110	6.60	0	1,4	4	0,12	0,04	29	10	8,6	1,6	0,2	
Хлеб	60	142	3.60	0,4	0,2	0	4	0	28	125	129	41	3,6	
Чоко пай	35	367	14,35	5	1.2	0.4	4	1.2	5	86	94	24	2.9	
Яблоко	130	69	14,30	0	27	3	1	4	17	40	20	13	0.3	
Всего	935	1106	96,26	5.8	61.3	170.4	31.8	22.74	119.6	371.5	579.6	166.6	10.8	

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)		Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Р	Mg	Fe	
03.05.2024. 2 ступень														
Зелен горошек	50	27	8,76	0.2	17	40	4	0	6	20	100	24	0.4	
Борщ	250	144	15,94	0,06	12,2	40	9,5	7,2	10,7	46,5	122	32	2,5	
Котлета рыбная	90	79	26,16	0,04	0,3	46	8,2	4	1,9	18	88	16	0,5	
Пюре картофельно	150	170	13,51	0,15	9	57	3	6,3	25	36	68	27	0,5	
Кисель	200	110	6.60	0	1,4	4	0,12	0,04	29	10	8,6	1,6	0,2	
Хлеб	90	142	5,40	0,4	0	0.2	4	0	28	125	129	41	3,6	
Чоко пай	35	367	14,35	5	1.2	0.4	9.4	11.6	56	86	94	24	2.9	
Яблоко	160	69	17,21	0	27	3	1	4	17	40	20	13	0.3	
Всего	1035	1108	107,93	5.85	68.1	190.6	39.22	33.14	173.6	381.5	629.6	178.6	10.9	

Руководитель СП



Т.А.Ощепкова

СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школа в р.п. Бисер

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Р	Mg	Fe	
03.05.24.ОВЗ 1 ступень														
Завтрак														
Каша дружба	200	223	17,10	0	0	0,4	8	6	33	12	84	36	1	
Какао	200	154	13,19	0	0,4	102	7	5	20	228	210	46	1	
Батон масло сыр	30\10\10	129	14,88	0.05	0.09	54	5	7	10	139	131	22	1,3	
Хлеб	30	82	1.80	0,4	0,2	0	3	1,3	13	125	129	41	3.6	
Обед														
Борщ	250	144	14,40	0,06	12	40	9,5	7,2	10,7	46	122	32	2,5	
Пюре картоф	150	170	13.51	0,15	9	57	3	6,3	25	36	68	27	0,5	
Котлета рыбная	90	79	26,26	0,1	0,3	46	8	4	1,9	18	88	16	0.5	
Хлеб	60	142	3.60	0,4	0,2	0	4	0	28	125	129	41	3,6	
Кисель	200	110	6.60	0	1.4	4	0.1	0.04	29	10	8.6	1.6	0.2	
Чоко пай	35	80	14,35	0.05	17	8	0.7	0.7	17	27	19	15	3.7	
Всего	1265	1313	125,69	1.21	40,59	311,4	48.3	37,54	187,6	766	988,6	277,6	17,9	

Руководитель СП



Т.А.Ощепкова

СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школа в р.п. Бисер

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Цена	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Р	Mg	Fe	
03.05.24.ОВЗ 2 ступень														
Завтрак														
Каша дружба	200	223	17,10	0	0	0,4	8	6	33	12	84	36	1	
Какао	200	154	13,19	0	0,4	102	7	5	20	228	210	46	1	
Батон масло сыр	30\10\10	129	14,88	0,05	0,09	54	5	7,1	10	139	131	22	1,3	
Хлеб	30	82	1,80	0,4	0,2	0	3	1,3	13	125	129	41	3,6	
Обед														
Борщ	250	115	13,58	0,1	16	50	7,6	6	8	37	98	26	2	
Пюре картоф	150	170	13,51	0,15	9	57	3	6,3	25	36	68	27	0,5	
Котлета рыбная	90	79	26,16	0,05	0,3	46	8,2	4	1,9	18	88	16	0,5	
Свежий солен	40	3	8,76	0	2,8	5	0,3	0,1	1,8	16	24	13	0,3	
Хлеб	90	142	3,60	0,4	0,2	0	4	0	28	125	129	41	3,6	
Кисель	200	110	6,60	0	1,4	4	0,1	0,04	29	10	8,6	1,6	0,2	
Яблоко	130	80	14,3	0,05	17	8	0,7	0,7	17	27	19	15	3,7	
Чоко пай	35	367	14,35	0,4	1,2	5	9,4	11,6	56	86	94	24	2,9	
Всего	1465	1654	147,83	1,6	48,59	331,4	56,3	48,14	242,7	859	1082	308,6	20,6	

Руководитель СП



Т.А.Ощепкова