

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

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Энергети- ческая ценность (ккал)	Цена	Витамины (мг)			Пищевые веще- ства(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Р	Mg	Fe	
06.05.2024.1 ступ														
Суп гороховый	250	135	12,67	0,15	7	75	5,5	7,5	12,5	56,5	86,2	30	2,2	
Кура отварная	70	243	30,63	0,1	0	15	27	6	0	14	150	21	1,2	
Греча	150	176	7,51	0,2	0	0	6	4	14	17	319	221	2,5	
Компот из св ябло	200	61	6,51	0	0,6	1,9	0,2	0	14	6	2	2	0,07	
Хлеб	60	142	3.60	0,4	0,2	0	4	0	28	125	129	41	3,6	
Вафли	40	271	10.34	0,02	0	3	2	15	31	4	21	3	0,3	
Йогурт	95	55	25.00	0	0.5	4	4	1	5	120	12	90	0.1	
Всего	865	1083	96,26	0.87	8.3	98,9	48,7	33,5	104,5	342,5	719,2	408	9,97	

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Энергети- ческая ценность (ккал)	Цена	Витамины (мг)			Пищевые веще- ства(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Р	Mg	Fe	
06.05.2024. 2 ступ														
Огурец соленый	45	10	7,64	0	3	6	0,4	0,1	2	17	25	14	0.3	
Суп гороховый	250	135	12,67	0,15	7	75	5,5	7,5	12,5	56,5	86,2	30	2,2	
Кура отварная	80	243	33,60	0,1	0	15	27	6	0	14	150	21	1,2	
Греча	150	176	7,51	0,2	0	0	6	4	14	17	319	221	2,5	
Компот из св ябло	200	61	6,51	0	0,6	1,9	0,2	0	14	6	2	2	0,07	
Хлеб	90	142	3,60	0,4	0,2	0	4	0	28	125	129	41	3,6	
Йогурт	95	55	25.00	0	0.5	4	4	1	5	120	12	90	0.1	
Вафли	50	271	11,40	0,02	0	3	2	15	31	4	21	3	0,3	
Всего	960	1093	107,93	0.87	11,3	104,9	49,1	33,6	106,5	359,5	744,2	422	10.27	

Руководитель СП



Ощепкова Т.А.

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


Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Энерге- тиче- ская 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	
06.05.24.ОВЗ 1 степень														
Завтрак														
Каша манная	200	106	15,18	0,1	0	0	3,6	0,7	22	97	37	7	5,3	
Кофейный напиток	200	580	13,19	0	0	0	20	5	116	0	3	0	1	
Батон масло сыр	30\10\10	129	14,88	0	1	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														
Суп гороховый	250	135	7,96	0,15	7	75	5,5	7,5	12,5	56,5	86,2	30	2,2	
Кура отв	70	243	30,06	0,1	0	15	27	6	0	14	150	21	1,2	
Греча	150	176	7,51	0,2	0	0	6	4	14	17	319	221	2,5	
Компот из св яблок	200	61	6,51	0	0,6	1,9	1	0	15	6	2,1	2,1	0,1	
Хлеб	60	142	3,60	0,4	0,2	0	4	0	28	125	129	41	0,1	
Йогурт	95	55	25,00	0,02	0,5	4	4	1,2	5	120	12	90	0,1	
Всего	1305	1709	125,69	1,37	9,5	149,9	79,1	32,7	235,5	699,5	998,3	475,1	17,4	

Руководитель СП  Т.А.Ощепкова

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

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Энерге- тиче- ская 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	
06.05.24.ОВЗ														
2 ступень														
Завтрак														
Каша манная	200	106	15,18	0,07	0,14	84	3,6	0,7	22	97	37	7	5,3	
Кофейный напиток	200	116	13,19	0	0	0	20	5	116	0	3	0	1	
Батон масло сыр	30\10\10	129	14,88	0	0	54	5	7	10	139	131	22	1,3	
Хлеб	30	82	1,80	0	0,2	0	3	1,3	13	125	129	41	3,6	
Обед														
Огурец соленый	30	7	5,46	0	2,8	5	0,3	0,1	1,8	16	24	13	0,3	
Суп гороховый	250	135	12,67	0	7	7,5	5,5	7,5	12,5	56,5	86,2	30	2,2	
Кура отв	80	243	30,63	0	2	2	27	6	0	14	150	21	1,2	
Греча отв	150	176	7,51	0	0	0	6	4	14	319	17	221	2,5	
Компот из св яблок	200	61	6,51	0	0,6	1,9	1	0	15	6	21	21	0,1	
Йогурт	95	55	25,0	0,02	0,5	4	4	1,2	5	120	12	90	0,1	
Хлеб	60	142	3,60	0,4	0,2	0	4	0	28	125	129	41	3,6	
Вафли	50	271	11,40	0,02	0	3	2	15	31	4	21	3	0,3	
Всего	1415	1523	147,83	0,51	13,44	161,4	81,4	47,8	268,3	1021,5	760,2	510	21,5	

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	
07.05.2024г.1 ступ														
Зелен горошек	20	48	4,13	0	0,1	0	1	1	4	6	5	3	2	
Суп рыбный	250	124	15.86	0,02	3,19	5,7	7	8	5	7,87	11,4	5,45	0,19	
Кнели куриные	70/30	143	39,41	0,12	2,09	4	12	8	6	59	16	21,3	1,04	
Вермишель отварн	150	147	6.58	0,06	0	0	5	0,6	30	10	9	9	0,6	
Компот из сух\фру	200	45	4.56	0,02	1	16.9	0.6	0,2	10.2	30	20	15	0,5	
Хлеб	60	142	3.72	0,4	0,2	0	4	0	28	125	129	41	3,6	
Булочка	100	367	22.00	0,4	1,2	5	9,4	11,6	56	86	94	24	2,9	
Всего	880	1016	96.26	1.02	7.78	31.6	39	29.4	139.2	323.87	284.4	118.75	10,83	

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	
07.05.2024г 2 ступ														
Зелен горошек	20	48	4,70	0	0.1	0	1	1	4	6	5	3	2	
Суп рыбный	250	124	15.86	0,02	3,19	5,7	7	8	5	7,87	11,4	5,45	0,19	
Кнели куриные	90/30	143	39,41	0,12	2,09	4	12	8	6	59	16	21,3	1,04	
Вермишель отварн	150	147	6.58	0,06	0	0	5	0,6	30	10	9	9	0,6	
Компот из сух\фру	200	45	4.56	0,02	1	16.9	0.6	0,2	10.2	30	20	15	0,5	
Хлеб	90	142	3.72	0,4	0,2	0	4	0	28	125	129	41	3,6	
Булочка	100	367	22.00	0,4	1,2	5	9,4	11,6	56	86	94	24	2,9	
Яблоко	100	80	11,00	0.05	17	8	0.7	0.7	17	27	19	15	3.7	
Всего	1030	1096	107.83	1.07	24,78	39,6	39,7	30.1	156.2	350.87	303.4	133.75	12.53	

Руководитель СП

Т.А.Ощепкова



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

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Энергети- ческая ценность (ккал)	Цена	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецеп- туры блю- да
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Р	Mg	Fe	
07.05.2024 ОВЗ														
1ступень														
Завтрак														
Каша пшеничная	200	198	16,56	0,13	0,13	54	7	8	24	161	180	40	1	
Какао	200	154	13,19	0,08	0,4	102	7	5	20	228	210	46	1	
Батон масло	30\10	134	7,34	0,03	0	5	2	9	12	8	25	8	0,5	
Хлеб	30	82	1,70	0,4	0,2	0	3	1,3	13	125	129	41	3,6	
Обед														
Суп рыбный	250	124	14,67	0,02	3,19	5,7	7	8	5	7,87	11,4	5,45	0,19	
Кнели куриные	90\30	143	36,95	0,12	2	40	12	8	6	59	166	21	1	
Вермишель	150	147	6,58	0,06	0	0	5	0,6	30	10	9	9	0,6	
Компот из с\фрук	200	45	4,56	0	1	16,9	0,6	0,2	10,2	30	20	15	0,5	
Хлеб	60	142	3,50	0,4	0,2	0	4	0	28	125	129	41	3,6	
Булочка	100	367	24,00	0,4	1,2	5	9,4	11,6	56	86	94	24	2,9	
Всего	1350	1536	125,69	1,64	8,32	228,6	57	51,7	204	840	973	250	14,89	

Руководитель СП



Т.А.Ощепкова

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

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Энергети- ческая ценность (ккал)	Цена	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецеп- туры блю- да
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Р	Mg	Fe	
07.05.24.ОВЗ 2 ступень														
Завтрак														
Каша пшеничная	200	198	16,56	0,1	0,1	54	7	8	24	161	180	40	1	
Какао	200	154	13,19	0	0,4	102	7	5	20	228	210	46	1	
Батон масло сыр	30\10\15	129	16,57	0	0,1	54	5	7	10	139	131	22	1,3	
Хлеб	30		1,70											
Обед														
Зеленый горошек	30	27	7,75	0	12	33	2,5	0,1	4,1	13	61	19	0,3	
Суп рыбный	250	124	14,67	0	3	6	7	8	5	8	11	5	0,2	
Кнели куриные	90\30	143	36,95	0,1	2	40	12	8	6	59	166	21	1	
Вермишель	150	147	6,58	0	0	0	5	0,6	30	10	9	9	0,6	
Компот из сухфру	200	45	4,56	0,4	1	16,9	0,6	0,2	10,2	30	20	15	0,5	
Хлеб	90	142	5,30	0,4	0,2	0	4	0	28	125	129	41	3,6	
Булочка	100	367	24,00	0,4	5	1,2	9,4	11,6	56	86	94	24	2,9	
Всего	1425	1476	147,83	1,4	23,8	307,1	59,5	48,5	193	859	101	242	12,4	

Руководитель СП



Т.А.Ощепкова

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

Приём пищи, наименование блю- да	Масса пор- ции (г)	Энергети- ческая ценность (ккал)	Цена	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Р	Mg	Fe	
08.05.2024 1 ступ														
Суп картофель верм	250	135	11,85	0,15	7	75	5,5	7,5	12,5	56,5	86,2	30	2,2	
Капуста тушеная	150	148	13,65	0,07	33,15	60	3,9	8,7	14,7	92	74	38	1,5	
Котлета куриная	90	111	33,98	0,06	0,05	12	11,8	2	11,4	14	0,09	39	0,9	
Компот из кураги	200	62	9,16	0,02	0,4	159	1,4	0	13,6	52,5	38	30	1	
Хлеб	60	142	3,60	0,4	0,2	0	4	0	28	125	129	41	3,6	
Печенье	30	162	4,02	0,1	0	0	2,6	6,4	23	0	0	0	1	
Сок	200	92	20,00	0,02	4	0	1	0,2	20	14	14	8	2,8	
Всего	960	852	96,26	0,82	44,8	308	30,2	24,8	123,2	354	341,2	186	13	

Приём пищи, наименование блюда	Мас- са пор- ции (г)	Энерге- тическая ценность	Цена	Витамины (мг)			Пищевые веще- ства(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Р	Mg	Fe	
08.05.2024.2 ступ														
Кукуруза	30	3	8,42	0	2	2	0,5	0,03	0,5	8	8	5	0,2	
Суп карт вермиш	250	135	11,85	0,15	7	75	5,5	7,5	12,5	56,5	86,2	30	2,2	
Капуста тушеная	150	148	13,65	0,07	33,15	60	3,9	8,7	14,7	92	74	38	1,5	
Котлета куриная	90	111	33,98	0,06	0,05	12	11,8	2	11,4	14	0,09	39	0,9	
Компот из кураги	200	62	9,16	0,02	0,4	159	1,4	0	13,6	52,5	38	30	1	
Хлеб	90	142	3,60	0,4	0,2	0	4	0	28	125	129	41	3,6	
Печенье	50	162	7,27	0,02	0	3	2	15	31	4	21	3	0,3	
Сок	200	92	20,00	0,02	4	0	1	0,2	20	14	14	8	2,8	
Всего	1030	855	107,93	0,74	46,8	311	30,1	33,43	131,7	365	370,2	194	12,5	

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	
08.05.24.ОВЗ														
1 ступень														
Завтрак														
Каша пшенична	200	658	15,13	0,6	0	0	2.5	6	20	80	521	120	8.8	
Кофейный напиток	200	580	13,19	0	0	0	20	5	116	0	3	0	1	
Батон масло	30\10	134	7,48	0,03	0	5	2	9	12	8	25	8	0.5	
Хлеб	30	82	1.80	0.4	0,2	0	3	1,3	13	125	129	41	3,6	
Обед														
Суп карт вермиш	250	124	7,80	0,07	17	0	3	3	22	17	12	0	1	
Котлета куриная	90	111	33,98	0,06	0,05	12	11,8	2	11,4	14	0.09	39	0,9	
Капуста тушенна	150	148	13,65	0,07	33	60	3,9	8,7	14,7	92	74	38	1,5	
Компот из кураги	200	62	9,16	0.02	0,4	59	1,4	0	13,6	52,5	38	30	1	
Хлеб	60	142	3.60	0,4	0,2	0	4	0	28	125	129	41	3,6	
Сок	200	92	20.00	0	4	0	1	0,2	20	14	14	8	2,8	
Всего	1420	2133	125,79	1,92	54,85	136	52.6	35,2	270,7	527,5	945	325	24,7	

Руководитель СП

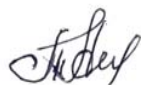


Т.А.Ощепкова

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	
08.05.24.ОВЗ														
2 ступень														
Завтрак														
Каша пшеничн	200	358	15,13	0	0	0	23	2,6	136	80	521	120	8,8	
Кофейный напиток	200	580	13,19	0	0	0	20	5	116	0	3	0	1	
Батон масло	30\10\1	134	14,88	0	0	5	2	9	12	8	25	8	0,5	
Хлеб	30	82	1,80	0	0,2	0	3	1,3	13	125	129	41	3,6	
Обед														
Кукуруза	40	114	3,32	0	5	10	1	10	4,6	23	42	14	0,6	
Суп картофель с вер	250	124	11,85	0,07	11	149	3	3	22	17,8	0,1	3	1	
Котлета куриная	90	111	33,98	0,06	0,05	12	3,3	0,7	37	14	0,09	39	0,9	
Капуста тушенна	150	148	13,65	0,07	33	60	3,9	8,7	14,7	92	74	38	1,6	
Компот из кура	200	62	9,16	0,02	0,4	59	1,4	0	13,6	52,5	38	30	1	
Хлеб	90	142	3,60	0,4	0,2	0	4	0	28	125	129	41	3,6	
Сок	200	92	20,00	0	4	0	1	0,2	20	14	14	8	2,8	
Печенье	50	162	7,27	0,1	0	0	2,6	6,4	23	0	0	0	1	
Всего	1550	2109	147,83	0,72	53,85	295	68,2	46,9	439,9	551,3	975,2	342	26,4	

Руководитель СП



Т.А.Ощепкова