

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	
18.09.2023.1 ступ														
Огурец свежий	30	7	3,38	0	2,8	5	0,3	0,1	1,8	16	24	13	0,3	
Суп гороховый	250	135	7.96	0,15	7	75	5.5	7,5	12,5	56,5	86,2	30	2,2	
Кура отварная	70	243	28.50	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	3.50	0,4	0,2	0	4	0	28	125	129	41	3,6	
Вафли	50	271	14,40	0,02	0	3	2	15	31	4	21	3	0,3	
Йогурт	95	55	23.00	0	0.5	4	4	1	5	120	12	90	0.1	
Всего	905	1090	91.76	0.87	11,1	103.9	49	33,6	106,3	358,5	743,2	421	10,27	

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	
18.09.2023. 2 ступ														
Огурец свежий	45	10	5,11	0	3	6	0,4	0,1	2	17	25	14	0.3	
Суп гороховый	250	135	11.76	0,15	7	75	5,5	7,5	12,5	56,5	86,2	30	2,2	
Кура отварная	80	243	32.30	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	5.30	0,4	0,2	0	4	0	28	125	129	41	3,6	
Йогурт	95	55	23.00	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	102.89	0.87	11,3	104,9	49,1	33,6	106,5	359,5	744,2	422	10.27	

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора



Н.А.Толокнова

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	
18.09.23.ОВЗ														
1 ступень														
Завтрак														
Каша манная	200	106	15,44	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\15	129	16,57	0	1	54	5	7	10	139	131	22	1,3	
Хлеб	30	82	1,70	0,4	0,2	0	3	1,3	13	125	129	41	3,6	
Обед														
Огурец св	20	7	1,91	0	2,8	5	0,3	0,1	1,8	16	24	13	0,3	
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	28,50	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	3,40	0,4	0,2	0	4	0	28	125	129	41	0,1	
Йогурт	95	55	23,00	0,02	0,5	4	4	1,2	5	120	12	90	0,1	
Всего	1330	1716	125,69	1,37	12,3	154,9	79,4	32,8	237,3	715,5	1022	488,1	17,7	

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора



Н.А.Толокнова

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

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	
18.09.23.ОВЗ														
Завтрак														
Каша манная	200	106	15,44	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\15	129	16,57	0	0	54	5	7	10	139	131	22	1,3	
Хлеб	30	82	1,70	0	0,2	0	3	1,3	13	125	129	41	3,6	
Обед														
Огурец свежий	30	7	3,15	0	2,8	5	0,3	0,1	1,8	16	24	13	0,3	
Суп гороховый	250	135	11,76	0	7	7,5	5,5	7,5	12,5	56,5	86,2	30	2,2	
Кура отв	80	243	32,30	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	23,0	0,02	0,5	4	4	1,2	5	120	12	90	0,1	
Хлеб	90	142	5,30	0,4	0,2	0	4	0	28	125	129	41	3,6	
Всего	1380	1252	147,83	0,49	13,93	158,4	79,4	32,8	237,3	1017	739,2	507	21,2	

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора



Н.А.Толокнова

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	
19.09.2023г.1 ступ														
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	70/30	143	34,35	0,12	2,09	40	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	3.50	0,4	0,2	0	4	0	28	125	129	41	3,6	
Булочка	100	367	1600	0,4	1,2	5	9,4	11,6	56	86	94	24	2,9	
Яблоко	110	80	12,10	0.05	17	8	0.7	0.7	17	27	19	15	3.7	
Всего	970	1048	91.76	1.07	24.68	75.6	38.7	29.1	152.2	344.87	298.4	130.75	12.53	

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	
19.09.2023г 2 ступ														
Зелен горошек	30	23	6,10	0	2	0.8	0.1	0	5	16	15	5	0.1	
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	2,09	40	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	5.30	0,4	0,2	0	4	0	28	125	129	41	3,6	
Булочка	100	367	16.00	0,4	1,2	5	9,4	11,6	56	86	94	24	2,9	
Яблоко	110	80	12,73	0.05	17	8	0.7	0.7	17	27	19	15	3.7	
Всего	1050	1071	102.89	1.07	26,68	77,47	38.8	29.1	157.2	360.87	313.4	135.75	12.63	

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора



Н.А.Толокнова

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	
19.09.23.ОВЗ 1 ступень														
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	

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора



Н.А.Толокнова

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

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	
19.09.23.ОВЗ														
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	

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора



Н.А.Толокнова

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	
20.09.2023 1 ступ														
Суп картофель верм	250	135	7,10	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	31,78	0,06	0,05	12	11,8	2	11,4	14	0,09	39	0.9	
Компот из кураги	200	62	8.56	0,02	0,4	159	1,4	0	13,6	52,5	38	30	1	
Хлеб	60	142	3.40	0,4	0,2	0	4	0	28	125	129	41	3,6	
Печенье	50	162	7,27	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	970	852	91.76	0,82	44.8	308	30.2	24.8	123.2	354	341.2	186	13	

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Энергетическая ценность	Цена	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Р	Mg	Fe	
20.09.2023.2 ступ														
Помидор свеж	50	3	4,40	0	2	2	0.5	0.03	0.5	8	8	5	0.2	
Суп карт вермиш	250	135	12.83	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	31,78	0,06	0,05	12	11,8	2	11,4	14	0,09	39	0.9	
Компот из кураги	200	62	8.56	0,02	0,4	159	1,4	0	13,6	52,5	38	30	1	
Хлеб	90	142	5.30	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	1050	855	102.89	0,74	46.8	311	30.1	33.43	131.7	365	370.2	194	12.5	

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора



Н.А.Толокнова

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

Приём пищи, наименование блю- да	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	
20.09.23.ОВЗ 1 ступень														
Завтрак														
Каша пшенична	200	658	16,86	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	7,34	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 карт вермиш	250	124	7,13	0,07	17	0	3	3	22	17	12	0	1	
Котлета куриная	90	111	31,78	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	600	3,9	8,7	14,7	92	74	38	1,5	
Компот из кураги	200	62	8.56	0.02	0,4	159	1,4	0	13,6	52,5	38	30	1	
Хлеб	60	142	3.50	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	15	162	2,08	0,1	0	0	2.6	6,4	23	0	0	0	1	
Всего	1435	2295	125,79	1,75	54,85	776	55.2	41,6	293,7	527,5	945,	325	25,7	

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора



Н.А.Толокнова

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

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	
20.09.23.ОВЗ														
Завтрак														
Каша пшеничн	200	358	16,86	0	0	0	23	2,6	136	80	521	120	8,8	
Кофейный нап	200	580	13,19	0	0	0	20	5	116	0	3	0	1	
Батон масло	30\10	134	7,34	0	0	5	2	9	12	8	25	8	0,5	
Хлеб	30	82	1,70	0	0,2	0	3	1,3	13	125	129	41	3,6	
Обед														
Салат из помидор	100	114	9,35	0	5	10	1	10	4.6	23	42	14	0.6	
Суп картоф с вер	250	124	12,83	0,07	11	149	3	3	22	17,8	0,1	3	1	
Котлета куриная	90	111	31,78	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	8.56	0.02	0,4	59	1,4	0	13,6	52,5	38	30	1	
Хлеб	90	142	5.30	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	1600	2109	147,83	0,72	53,85	295	68,2	46,9	439,9	551,3	975,2	342	26,4	

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора



Н.А.Толокнова

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	
21.09.2023г.1ступень														
Помидор свеж	50	25	4,36	0,15	10	20	2	0	3	10	50	12	0,3	
Борщ	250	144	8,87	0,06	12,2	40	9,5	7,2	10,7	46.5	122	32	2.5	
Котлета рыбная	90	79	23,08	0,04	0.3	46	8.2	4	1,9	18	88	16	0.5	
Пюре картофельн	150	170	13,15	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	3.50	0,4	0,2	0	4	0	28	125	129	41	3,6	
Булочка	100	367	19.00	5	1.2	0.4	4	1.2	5	86	94	24	2.9	
Яблоко	120	69	13,20	0	27	3	1	4	17	40	20	13	0.3	
Всего	1020	1106	91.76	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	
21.09.2023. 2 ступень														
Огурец свежий	50	27	5,78	0.2	17	40	4	0	6	20	100	24	0.4	
Борщ	250	144	12,77	0,06	12,2	40	9,5	7,2	10,7	46,5	122	32	2,5	
Котлета рыбная	90	79	23,08	0,04	0,3	46	8,2	4	1,9	18	88	16	0,5	
Пюре картофельно	150	170	13,15	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	5.30	0,4	0	0.2	4	0	28	125	129	41	3,6	
Булочка	95	367	19.00	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	102.89	5.85	68.1	190.6	39.22	33.14	173.6	381.5	629.6	178.6	10.9	

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора



Н.А.Толокнова

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	
21.09.23.ОВЗ 1 ступень														
Завтрак														
Каша дружба	200	223	16,95	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\15	129	16,57	0.05	0.09	54	5	7	10	139	131	22	1,3	
Хлеб	30	82	1.70	0,4	0,2	0	3	1,3	13	125	129	41	3.6	
Обед														
Борщ	250	144	12,77	0,06	12	40	9,5	7,2	10,7	46	122	32	2,5	
Пюре картоф	150	170	13.15	0,15	9	57	3	6,3	25	36	68	27	0,5	
Котлета рыбная	90	79	23.08	0,1	0,3	46	8	4	1,9	18	88	16	0.5	
Хлеб	60	142	3.50	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	170	80	18,28	0.05	17	8	0.7	0.7	17	27	19	15	3.7	
Всего	1405	1313	125,69	1.21	40,59	311,4	48.3	37,54	187,6	766	988,6	277,6	17,9	

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора



Н.А.Толокнова

СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школа в р.п. Бисер 2 степень

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	
21.09.23.ОВЗ														
Завтрак														
Каша дружба	200	223	16,95	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\15	129	16,57	0,05	0,09	54	5	7,1	10	139	131	22	1,3	
Хлеб	30	82	1,70	0,4	0,2	0	3	1,3	13	125	129	41	3,6	
Обед														
Борщ	250	115	12,77	0,1	16	50	7,6	6	8	37	98	26	2	
Пюре картофель	150	170	13.15	0,15	9	57	3	6,3	25	36	68	27	0,5	
Котлета рыбная	90	79	23.08	0,05	0,3	46	8,2	4	1,9	18	88	16	0.5	
Свежий огурец	50	3	5,78	0	2,8	5	0,3	0,1	1,8	16	24	13	0,3	
Хлеб	90	142	5.30	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	120	80	12.74	0.05	17	8	0.7	0.7	17	27	19	15	3.7	
Булочка	100	367	20,00	0,4	1,2	5	9,4	11,6	56	86	94	24	2,9	
Всего	1275	1654	147,83	1.6	48,59	331,4	56,3	48,14	242,7	859	1082	308,6	20,6	

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора



Н.А.Толокнова

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	
22.09.2023.1 ступ														
Огурец свежий	50		5,88											
Суп овощной	250	92	14,88	0,15	20	300	4,2	4	10,5	41	77	27	1,7	
Биточки мясные	90	261	35,76	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	8.78	0.02	4	0	1	0	14	6	4	3	0.4	
Хлеб	60	142	3.50	0,4	0,2	0	4	0.2	20	14	14	8	2.8	
Булочка	100	75	20.60	0	30	5	1	6	20	50	30	17	0.5	
Всего	910	809	91.76	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	
22.09.2023.2 ступ														
Помидоры свеж	50	20	4.40	0	1	0.4	0.1	0	3	8	7	2	0.06	
Суп овощной	250	92	14.88	0,15	20	30	4,2	4	10,5	41	77	27	1,7	
Биточки мясные	90	261	35,76	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	8.78	0.02	4	0	1	0	14	6	4	3	0,4	
Хлеб	90	142	5.30	0,4	0,2	0	4	0	28	125	129	41	3,6	
Булочка	100	75	20.60	0	30	5	1	6	20	50	30	17	0.5	
Яблоко	100		10,81											
Всего	965	829	102.89	0.97	55.2	35.81	27.3	33.2	108	254.5	388	119	8.30	

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора



Н.А.Толокнова

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	
22.09.23.ОВЗ 1 ступень														
Завтрак														
Суп молоч верми	250	140	16,41	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	
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 овощной	250	92	12,53	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	90	261	35,76	0,4	0	0,3	12	22,6	2,5	14,5	132	20	1,4	
Сок	200	92	8,78	0,02	4	0	1	0,2	20	14	14	8	2,8	
Хлеб	60	142	3,40	0,4	0,2	0	4	0	28	125	129	41	3,6	
Булочка	100	367	20,00	0,4	1,2	5	9,4	11,6	56	86	94	24	2,9	
Всего	1370	1937	125,69	1.86	27,6	315,4	65,6	60,3	300	615,5	753	200	20,1	

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора



Н.А.Толокнова

СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школа в р.п. Бисер 2 ступень

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	
22.09.23.ОВЗ														
Завтрак														
Суп молочн вер	250	140	16,41	0.06	2	5	5	6	12	192	141	22	2	
Кофейный напиток	200	92	13,19	0.02	4	0	1	0.2	20	14	14	8	2.8	
Батон масло сыр	30\10\15	580	16,57	0	0	0	20	5	116	0	3	0	1	
Хлеб	30	82	1,70	0,4	0,2	0	3	1,3	13	125	129	41	3,6	
Обед														
Огурец солен	40	3	8,66	0	2	2	0,5	0,03	0,5	8	8	5	0,2	
Суп овощной	250	92	14,88	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	35,76	0,4	0	0,3	12	22,6	2,5	14,5	132	20	1,4	
Хлеб	90	142	5.30	0,4	0,2	0	4	0	28	125	129	41	3,6	
Сок	200	92	8,78	0.02	4	0	1	0,2	20	14	14	8	2.8	
Булочка	100	367	20,00	0.4	1,2	5	9,4	11,6	56	86	94	24	2.9	
Всего	1465	1998	147,83	1.85	33,6	312,4	65,1	51.8	308,5	629,5	750	205	22,6	

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора



Н.А.Толокнова