

**СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школа в р.п. Старый 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	
<b>05.02.2024.1 ступ</b>														
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	
<b>Всего</b>	<b>865</b>	<b>1083</b>	<b>96,26</b>	<b>0,87</b>	<b>8,3</b>	<b>98,9</b>	<b>48,7</b>	<b>33,5</b>	<b>104,5</b>	<b>342,5</b>	<b>719,2</b>	<b>408</b>	<b>9,97</b>	

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	
<b>05.02.2024. 2 ступ</b>														
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	
<b>Всего</b>	<b>960</b>	<b>1093</b>	<b>107,93</b>	<b>0,87</b>	<b>11,3</b>	<b>104,9</b>	<b>49,1</b>	<b>33,6</b>	<b>106,5</b>	<b>359,5</b>	<b>744,2</b>	<b>422</b>	<b>10,27</b>	

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора



Н.А.Толокнова

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

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Энерге- тиче- ская цен- ность (ккал)	Цена	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- целту- ры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Р	Mg	Fe	
<b>05.02.24.ОВЗ</b>														
<b>Завтрак</b>														
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	
<b>Обед</b>														
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	
<b>Всего</b>	1415	1523	147,83	0,51	13,44	161,4	81,4	47,8	268,3	1021,5	760,2	510	21,5	

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора



Н.А.Толокнова

## СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школа в р.п. Старый 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	
<b>06.02.2024г.1 ступ</b>														
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	
<b>Всего</b>	<b>880</b>	<b>1016</b>	<b>96.26</b>	<b>1.02</b>	<b>7.78</b>	<b>31.6</b>	<b>39</b>	<b>29.4</b>	<b>139.2</b>	<b>323.87</b>	<b>284.4</b>	<b>118.75</b>	<b>10,83</b>	

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	
<b>06.02.2024г 2 ступ</b>														
Зелен горошек	<b>20</b>	<b>48</b>	<b>4,70</b>	<b>0</b>	<b>0.1</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>5</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	
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	
<b>Всего</b>	<b>1030</b>	<b>1096</b>	<b>107.83</b>	<b>1.07</b>	<b>24,78</b>	<b>39,6</b>	<b>39,7</b>	<b>30.1</b>	<b>156.2</b>	<b>350.87</b>	<b>303.4</b>	<b>133.75</b>	<b>12.53</b>	

Директор МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора



Н.А.Толокнова

**СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школа в р.п. Старый 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	
<b>06.02.2024.ОВЗ</b>														
<b>Завтрак</b>														
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											
<b>Обед</b>														
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	
<b>Всего</b>	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. Старый 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	
<b>07.02.2024 1 ступ</b>														
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	
<b>Всего</b>	<b>960</b>	<b>852</b>	<b>96,26</b>	<b>0,82</b>	<b>44.8</b>	<b>308</b>	<b>30.2</b>	<b>24.8</b>	<b>123.2</b>	<b>354</b>	<b>341.2</b>	<b>186</b>	<b>13</b>	

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	
<b>07.02.2024.2 ступ</b>														
<b>Кукуруза</b>	<b>30</b>	<b>3</b>	<b>8,42</b>	<b>0</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>0.5</b>	<b>0.03</b>	<b>0.5</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>5</b>	<b>0.2</b>	
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	
<b>Всего</b>	<b>1030</b>	<b>855</b>	<b>107,93</b>	<b>0,74</b>	<b>46.8</b>	<b>311</b>	<b>30.1</b>	<b>33.43</b>	<b>131.7</b>	<b>365</b>	<b>370.2</b>	<b>194</b>	<b>12.5</b>	

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора



Н.А.Толокнова

**СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школа в р.п. Старый 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	
<b>07.02.24.ОВЗ</b>														
<b>Завтрак</b>														
Каша пшеничн	200	358	15,13	0	0	0	23	2,6	136	80	521	120	8,8	
Кофейный напн	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	
<b>Обед</b>														
Кукуруза	40	114	3,32	0	5	10	1	10	4.6	23	42	14	0.6	
Суп картоф 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	
<b>Всего</b>	1550	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. Старый 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	
<b>08.02.24.ОВЗ</b>														
<b>Завтрак</b>														
<b>Каша дружба</b>	<b>200</b>	<b>223</b>	<b>17,10</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0,4</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>33</b>	<b>12</b>	<b>84</b>	<b>36</b>	<b>1</b>	
<b>Какао</b>	<b>200</b>	<b>154</b>	<b>13,19</b>	<b>0</b>	<b>0,4</b>	<b>102</b>	<b>7</b>	<b>5</b>	<b>20</b>	<b>228</b>	<b>210</b>	<b>46</b>	<b>1</b>	
<b>Батон масло сыр</b>	<b>30\10\10</b>	<b>129</b>	<b>14,88</b>	<b>0,05</b>	<b>0,09</b>	<b>54</b>	<b>5</b>	<b>7,1</b>	<b>10</b>	<b>139</b>	<b>131</b>	<b>22</b>	<b>1,3</b>	
<b>Хлеб</b>	<b>30</b>	<b>82</b>	<b>1,80</b>	<b>0,4</b>	<b>0,2</b>	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>1,3</b>	<b>13</b>	<b>125</b>	<b>129</b>	<b>41</b>	<b>3,6</b>	
<b>Обед</b>														
Борщ	250	115	13,58	0,1	16	50	7,6	6	8	37	98	26	2	
Пюре картофель	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	
<b>Всего</b>	<b>1465</b>	<b>1654</b>	<b>147,83</b>	<b>1,6</b>	<b>48,59</b>	<b>331,4</b>	<b>56,3</b>	<b>48,14</b>	<b>242,7</b>	<b>859</b>	<b>1082</b>	<b>308,6</b>	<b>20,6</b>	

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора



Н.А.Толокнова

## СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школа в р.п. Старый 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	
<b>09.02.2024.1 ступ</b>														
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	
<b>Всего</b>	<b>910</b>	<b>809</b>	<b>96,26</b>	<b>0.97</b>	<b>54.2</b>	<b>305.4</b>	<b>27.2</b>	<b>33.4</b>	<b>97</b>	<b>135.5</b>	<b>266</b>	<b>84</b>	<b>7.44</b>	

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	
<b>09.02.2024.2 ступ</b>														
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	
<b>Всего</b>	<b>950</b>	<b>897</b>	<b>107,93</b>	<b>1,07</b>	<b>73,2</b>	<b>44,41</b>	<b>28,2</b>	<b>34.2</b>	<b>125</b>	<b>276.5</b>	<b>401</b>	<b>134</b>	<b>14,24</b>	

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора



Н.А.Толокнова



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

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	
<b>09.02.24.ОВЗ</b>														
<b>Завтрак</b>														
Суп молочн вер	250	140	17,20	0.06	2	5	5	6	12	192	141	22	2	
Кофейный напн	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	
<b>Обед</b>														
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	
<b>Всего</b>	1420	1995	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