

*Утверждено
Директор ШКОЛЫ "Милосердие" Школы
Суренцова А.А.*



| № реп. | Наименование блюда | Масса, г | Пищевые вещества | | | Энерг. ценность, ккал | Минер. вещества, мг | | | | Витамины, мг | | |
|--------------------|------------------------------------|----------|------------------|--------------|---------------|-----------------------------|---------------------|--------------|---------------|-------------|--------------|--------------|--------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | Ca | Mg | P | Fe | B1 | C | A |
| 15 октября 2021 г. | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| 9 | Каша пшеничная | 150,00 | 6,60 | 4,38 | 26,54 | 157,00 | 1,22 | 0,03 | 162,00 | 2,43 | 0,11 | 0,00 | 0,02 |
| 2 | Котлета | 50,00 | 7,78 | 5,78 | 7,85 | 114,38 | 21,88 | 16,06 | 83,19 | 0,75 | 0,05 | 0,08 | 14,38 |
| 40 | Соус томатный | 25,00 | 1,20 | 0,98 | 4,20 | 6,80 | 41,22 | 8,60 | - | 0,96 | 0,02 | 6,80 | 2,20 |
| 25 | Салат из свеклы с зеленым горошком | 40,00 | 0,67 | 4,22 | 17,62 | 48,45 | 11,23 | 7,46 | 16,87 | 0,53 | 0,02 | 3,94 | 0,00 |
| | Хлеб | 60,00 | 5,76 | 0,70 | 29,23 | 162,24 | 6,30 | 6,70 | 30,50 | 1,40 | 0,10 | 0,00 | 0,00 |
| | Сок осветленный | 150,00 | 0,50 | 3,17 | 13,22 | 36,34 | 8,42 | 5,60 | 12,65 | 0,40 | 0,02 | 2,96 | 0,00 |
| | Вафли | 20,00 | 0,82 | 5,40 | 12,00 | 61,25 | - | - | - | - | - | - | - |
| | Бананы | 94,00 | 1,57 | 0,12 | 19,78 | 58,88 | 0,13 | 0,42 | 0,25 | 0,64 | 0,05 | 0,02 | 0,31 |
| | ИТОГО 1 день : | | 24,90 | 24,75 | 130,44 | 645,34 | 90,40 | 28,81 | 305,46 | 7,11 | 0,37 | 13,80 | 16,91 |

| Обед | | | | | | | | | | | | | |
|-------------|-------------------------------|--------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------|---------------|-------------|-------------|--------------|-------------|
| 31 | Суп картофельный с макаронами | 220,00 | 2,91 | 8,3 | 21,02 | 229,54 | 17,82 | - | - | 0,90 | 0,12 | 17,37 | - |
| 39 | Пюре картофельное | 80,00 | 3,28 | 6,05 | 28,70 | 119,20 | 41,22 | - | 0,00 | 1,17 | 0,16 | 25,49 | - |
| 5 | Рыбная котлета | 50,00 | 13,87 | 11,20 | 18,32 | 156,00 | 52,10 | 59,77 | 238,46 | 0,96 | 0,10 | 3,35 | 0,01 |
| | Хлеб | 60,00 | 5,76 | 0,70 | 29,23 | 162,24 | 6,30 | 6,70 | 30,50 | 1,40 | 0,10 | 0,00 | 0,00 |
| | Сок осветленный | 150,00 | 0,80 | 0,00 | 9,65 | 64,00 | 5,80 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 1,75 | 0,00 |
| | Вафли | 20,00 | 0,82 | 5,40 | 12,00 | 61,25 | - | - | - | - | - | - | - |
| 40 | Соус томатный | 25,00 | 1,20 | 0,98 | 4,20 | 6,80 | 41,22 | 8,60 | - | 0,96 | 0,02 | 6,80 | 2,20 |
| | Итого на 1 день: | | 28,64 | 32,63 | 123,12 | 799,03 | 164,46 | 75,07 | 268,96 | 5,39 | 0,50 | 54,76 | 2,21 |