



Утверждаю
 Директор МБОУ «Петропавловская школа»
 А.М.Винокурова
 «12» мая 2021 год

Меню на 12 мая 2021 г.
 Муниципальное бюджетное образовательное учреждение "Петропавловская школа"

Номер рецептуры	№ п/п	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Минеральные вещества (мг)				Витамины (мг)		
				Б	Ж	У		Са	Mg	P	Fe	B1	C	A
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Завтрак:														
168	1	Каша рисовая молочная	210	3,090	4,070	36,980	197,000	5,900	21,800	67,000	0,470	0,030	0,000	20,000
41	2	Масло сливочное	15	0,000	12,300	0,150	115,500	1,500	0,000	3,000	0,000	0,000	0,000	88,000
42	3	Сыр твердый	20	4,640	5,900	0,000	72,800	176,000	7,000	100,000	0,200	0,010	0,140	52,000
943	4	Чай с сахаром	200	0,200	0,000	14,000	28,000	6,000	0,000	0,000	0,400	0,000	0,000	0,000
	5	Хлеб	30	2,200	0,900	15,400	75,000	11,500	26,100	4,950	0,100	0,048	0,000	0,000
		Итого завтрак		10,130	23,170	66,530	488,300	200,900	54,900	174,950	1,170	0,088	0,140	160,000
Обед:														
33	1	Салат овощ.	60	0,860	3,650	5,020	56,340	21,090	12,540	24,580	0,080	0,010	5,700	0,000
87	2	Суп с рыбными консервами	200	6,890	6,720	11,470	133,800	36,240	37,880	141,220	1,010	0,080	7,290	12,000
286	3	Тефтели мясные	100/100	14,780	16,380	19,520	285,000	73,170	36,000	177,830	1,600	0,100	1,420	65,000
679	4	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,460	5,610	35,840	230,450	12,980	67,500	208,500	3,950	0,180	0,000	0,020
943	5	Чай с сахаром	200	0,200	0,000	14,000	28,000	6,000	0,000	0,000	0,400	0,000	0,000	0,000
	6	Хлеб пшеничный	60	4,740	0,600	28,860	143,400	13,800	52,200	9,900	0,600	0,096	0,000	0,000
		Итого обед		34,930	32,960	114,710	876,990	163,280	206,120	562,030	7,640	0,466	14,410	77,020
Полдник:														
459	1	Пирог открытый с повидлом	90	5,567	2,893	49,783	247,500	17,550	21,690	55,260	1,247	0,103	0,770	15,300
959	2	Какао с молоком	200	3,520	3,720	25,490	145,200	122,000	14,000	90,000	0,560	0,040	1,300	0,010
		Итого полдник		9,087	6,613	75,273	392,700	139,550	35,690	145,260	1,807	0,143	2,070	15,310
Ужин:														
10	1	Салат из кукурузы консервир.	90	2,595	5,565	7,230	89,370	16,800	17,580	5,205	0,060	0,090	8,370	0,000
679	2	Каша пшеничная	180	7,920	6,860	45,450	275,400	19,960	56,810	161,320	1,850	0,200	0,000	25,200
591	3	Гуляш (говядина)	120/90	28,56	23,420	6,890	243,600	35,280	37,670	281,980	3,360	0,252	1,848	0,000
868	4	Компот из смеси сухофруктов	200	0,040	0,000	24,760	94,200	6,400	0,000	3,600	0,180	0,010	1,080	0,000
	5	Хлеб пшеничный	50	3,950	0,500	24,050	119,500	11,500	43,500	8,250	0,500	0,080	0,000	0,000
		Итого ужин		43,065	36,345	108,380	822,070	89,940	155,560	460,355	5,950	0,632	11,298	25,200
		Всего за день		97,212	99,088	364,893	2580,060	593,670	452,270	1342,595	16,567	1,329	27,918	277,530