



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

Меню на 17 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
1 ДЕНЬ														
Завтрак:														
168	1	Каша манная	160	3,400	3,960	27,830	161,000	8,600	5,900	29,400	0,360	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
		<i>Итого завтрак</i>		<i>10,440</i>	<i>23,060</i>	<i>57,380</i>	<i>452,300</i>	<i>203,600</i>	<i>39,000</i>	<i>137,350</i>	<i>1,060</i>	<i>0,088</i>	<i>0,140</i>	<i>160,000</i>
Обед:														
43	1	Салат из белокачанной капусты	60	0,850	3,050	5,410	52,440	22,420	9,100	16,570	0,310	0,020	19,470	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
608	3	Котлета мясная	100	15,550	11,550	15,700	228,750	43,750	32,130	166,380	1,500	0,100	0,150	28,750
679	4	Каша гречневая рассыпчатая	180	8,950	6,730	43,000	276,530	15,570	81,000	250,200	4,730	0,220	0,000	0,020
874	5	Кисель фрукт.	200	0,200	0,000	32,600	132,000	18,000	0,000	4,290	0,600	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
		<i>Итого обед</i>		<i>37,180</i>	<i>28,650</i>	<i>137,040</i>	<i>966,920</i>	<i>149,780</i>	<i>212,310</i>	<i>588,560</i>	<i>8,750</i>	<i>0,516</i>	<i>26,910</i>	<i>40,770</i>
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
965	2	Молоко кипяченое	200	5,800	5,000	9,600	108,000	122,000	14,000	90,000	0,560	0,040	1,300	0,010
		<i>Итого полдник</i>		<i>11,367</i>	<i>7,893</i>	<i>59,383</i>	<i>355,500</i>	<i>139,550</i>	<i>35,690</i>	<i>145,260</i>	<i>1,807</i>	<i>0,143</i>	<i>2,070</i>	<i>15,310</i>
Ужин:														
33	1	Салат из свеклы	100	1,430	6,090	8,360	93,900	35,150	20,900	40,970	1,330	0,020	9,500	0,000
304	2	Плов из птицы	310	30,460	25,500	53,530	565,500	67,660	71,260	298,860	3,290	0,100	1,510	72,000
868	3	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
	4	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
		<i>Итого ужин</i>		<i>35,880</i>	<i>32,090</i>	<i>110,700</i>	<i>873,100</i>	<i>120,710</i>	<i>135,660</i>	<i>351,680</i>	<i>5,300</i>	<i>0,210</i>	<i>12,090</i>	<i>72,000</i>
		Всего за день		94,867	91,693	364,503	2647,820	613,640	422,660	1222,850	16,917	0,957	41,210	288,080