



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

Меню на 22 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
6 ДЕНЬ														
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 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 завтрак</i>		<i>11,880</i>	<i>22,770</i>	<i>75,180</i>	<i>532,800</i>	<i>200,900</i>	<i>72,300</i>	<i>178,250</i>	<i>1,570</i>	<i>0,120</i>	<i>0,140</i>	<i>160,000</i>
Обед:														
43	1	Салат из белокочанной капусты	60	0,850	3,050	5,410	52,440	22,420	9,100	16,570	0,310	0,020	19,470	0,000
201	2	Суп крестьянский с крупой	200/20	4,790	6,030	12,420	118,620	32,070	5,420	34,980	0,300	0,060	0,030	1,020
588	3	Мясо духовое с картофелем	75/250	28,220	21,500	19,500	384,800	55,000	63,310	261,300	2,710	0,170	6,760	26,000
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	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>38,640</i>	<i>31,180</i>	<i>90,950</i>	<i>793,460</i>	<i>129,690</i>	<i>130,030</i>	<i>326,350</i>	<i>4,100</i>	<i>0,356</i>	<i>27,340</i>	<i>27,020</i>
Полдник:														
959	1	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
459	2	Выпечка (кондитерские изделия)	70	4,330	2,250	38,720	192,500	13,650	16,870	42,980	0,970	0,080	0,060	11,900
		<i>Итого полдник</i>		<i>7,850</i>	<i>5,970</i>	<i>64,210</i>	<i>337,700</i>	<i>135,650</i>	<i>30,870</i>	<i>132,980</i>	<i>1,530</i>	<i>0,120</i>	<i>1,360</i>	<i>11,910</i>
		Всего за день		58,370	59,920	230,340	1663,960	466,240	233,200	637,580	7,200	0,596	28,840	198,930