Утверждаю
Директор школы_____

"УТВЕРЖДАЮ"

ОГРНИП 315250200000472 * ИНН 615007772032 * ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ Чередникова Наталья Павловна * п. Славянка *

10/01/2022г ОВЗ Завтрак-Обед

День 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерге-тическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак															
П/П	Вареники с картошкой	150	0,5	0,1	1	7,8	0,01	3		0,1	13,8	14,4	8,4	0,4	13.9
П/П	Хлеб пшеничный .	30\10	14,5	14,2	10,6	228,7	0,07	1,9		2,4	13,2	158,3	23,2	2,2	2.7
376	Чай с сахаром	200\15	0,1		15	60,6		0,1	0,3		8,9	4,1	4,2	0,5	5
Итого за Завтрак			26,4	20,6	80,3	611,2	0,45	5	0,3	3,6	60,8	443,4	190,3	8,6	21.6
Процентное содержание от суточного рациона						26,0									
Обед															
47\45	Салат из свежей капусты	60	1	3,1	5	52,7	0,01	15,3		1,4	25,5	18,7	8,7	0,4	15
108	Суп картофельный с клёцками на бульоне	250	5,6	7,7	23,8	180,7	0,11	11,7	6,8	2,6	18	62,8	22,2	1	20
256	Мясо тушеное	50\20	14,5	9,8	4,9	165,7	0,02	0,1	30	2,9	78,6	16,2	5,8	0,2	35
312	Картофельное пюре	150	3,3	4,9	22,9	146,5	0,15	25,8		0,2	13,8	76,1	29,7	1,2	20
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,3	0,1	19,9	81,6	0,02				10	15,5	5	0,4	8
П/П	Хлеб пшеничный .	50	4,3	0,7	22,6	114	0,11			1,1	17	99,5	27,5	1,6	5.4
															103.4
Итого за Обед			31,3	26,6	116,8	825,2	0,5	52,9	36,9	8,1	173	288,9	113,5	5,7	
Процентное содержание от суточного рациона						35,1									
Итого за день			57,7	47,2	197	1436,3	0,95	57,9	37,2	11,8	233,9	732,3	303,8	14,3	
Процентное содержание от суточного рациона						61,1									