

«Утверждаю»
 Директор МОУ Березниковской ООШ
 Н.Ю. Филимонова
 «08» апреля 2021 год



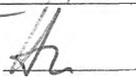
М Е Н Ю

На 08 апреля 2021 год

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг			Fe, мг
Завтрак															
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,6	5,9	0	72,8	0	0,1	0,1	0,1	176	7	100	0,2	14	2008
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	140/20	27,0	18,7	37,8	436,0	0,1	0,4	0,1	2,0	274,1	40,3	320,6	1,1	224	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	4	8	1	430	2008
БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8	0	0	0	0	7,6	5,2	26	0,4		2008
Итого за прием пищи:	420	34,8	25,9	73,4	673,6	0,1	0,5	0,2	2,1	462,7	56,5	454,6	2,7		
Обед															
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2,1	5,0	13,0	105,8	0	8,8	0,2	2,4	48,6	26,1	49,0	1,4	82	2011
ЕЖИК МЯСНОЙ	60	8,0	11,9	7,8	169,1	0	0,7	0	2,8	9,2	11,9	76,6	1,1	284	2006
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,9	5,6	25,7	168,6	0,2	12,5	0	0,3	51,7	35,6	104,0	1,5	335	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	4	8	1	430	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3,6	0,5	23,3	112,2	0,1	0	0	1,2	9,9	10,5	47,9	2,2		2008
Итого за прием пищи:	745	17,8	23,1	84,8	615,7	0,3	22,0	0,2	6,7	124,4	88,1	285,5	7,2		
Всего за день:		52,6	49,0	158,2	1289,3	0,4	22,5	0,4	8,8	587,1	144,6	740,1	9,9		

Составила заведующая хозяйством  Колосова А.Г.

Повар

 Папирина Е.В.