Утверждаю
Директор МОБУ СОШ № 15
Пожарского муниципального района
_____ О.Ю. Могильникова
03.06. 2024 год.

День: день 1 понедельник
Категория: Дети с 6 до 11

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			жиры	белки	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
	ЗАВТРАК										
182	Каша жидкая молочная рисовая	150	8,77	4,17	35,51	238,1	0,06	0,17	2,28	110,76	1,56
15	Сыр (порционно)	20	5,9	4,64	0,07	71,66	0,008	0,06	0,14	44,	0,2
376	Чай с сахаром	200	0,02	0,07	15,	60,	0,	0,	0,03	11,1	0,28
338	Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	47,	0,054	0,	182,67	3,96	28,8
ПР	Хлеб пшеничный	20	0,33	2,63	16,1	77,93	0,03	0,	0,	7,67	0,37
	ОБЕД										
49	Салат "Витаминный" из молодой капусты	60	0,12	1,86	5,4	42,75	0,077	0,	7,	14,	0,49
96	Рассольник ленинградский с курицей со сметаной	200/15/4	4,8	6,98	10,16	142,02	0,1	0,	11,95	17,5	1,75
268	Котлеты мясные	90	12,79	20,03	11,71	246,37	0,14	0,	1,6	20,28	1,48
309	Макароны отварные	150	4,51	5,51	26,44	168,45	0,056	0,026	0,	4,86	1,106
ТТК №233	Соус основной	30	1,3	0,4	2,	21,	0,01	0,01	0,82	1,74	0,12
342	Компот	200	7,76	7,76	17,86	119,38	0,	0,	3,2	14,22	0,48
ПР	Хлеб пшеничный	20	0,33	2,63	16,1	77,93	0,03	0,	0,	7,67	0,37
ПР	Хлеб ржаной	20	0,29	1,49	13,17	61,3	0,03	0,	0,	6,13	0,83
	ПОЛДНИК										
399	Блинчики со сгущенным молоком	80/20	3,71	6,52	40,47	221,	0,12	0,11	0,1	83,5	1,11
389	Сок фруктовый	200	0,2	1,	20,2	92,	0,02	0,	4,	14,	2,8
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		51,23	66,09	239,99	1686,89	0,735	0,376	213,79	361,39	41,746