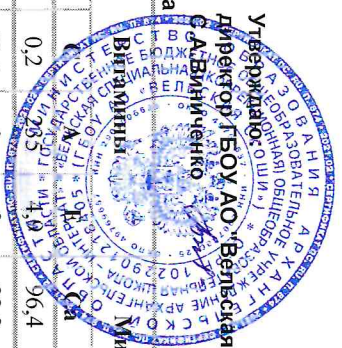


Фактическое меню ГБОУ АО "Вельская СКОШИ" на 13 июня 2024 года

11 день	Меню	Сборник	№ рецеп. по сборнику	7-11 лет							Минеральные вещества						
				Выход	Б	Ж	У	Ккал	В1	Витамин С	Са	Р	Мг	Fe			
Завтрак	Омлет натуральный	1	214	150	12,8	2,3	2,5	255	0	0,2	0,35	96,4	199	15,8	20		
	Икра кабачковая	1	7	60	1,1	3,8	6,2	62,4	0	21,5	0	23,3	24,4	10,6	0,6		
	Хлеб пшеничный	3	10	50	1,1	0,2	8	38,6	0,1	0	0	0,4	7	31	9,4		
	Хлеб ржаной	3	11	20	1,1	0,2	4,5	33,6	0,1	0	0	1,1	7	31,6	9,4		
	Масло (порциями)	1	13	15	0,2	12,5	0,2	112,2	0	0	88,2	0,3	1,8	2,9	0		
	Сыр (порциями)	1	14	15	3,4	4,4	0	54,6	0	0,1	52	0,1	176	100	7		
	Какао с молоком	1	433	200	3,8	3	23	130,8	0	0,5	17,7	0	117,5	104,6	28,9		
	Итого за завтрак			510	54,1	26,4	44,4	687,2	0,2	22,3	392,9	6,8	429	493,5	81,1	23,3	
	Обед	Салат Школьные годы	1	38	60	0,7	3,1	2,1	39	0,1	15,2	0	19,3	19,5	9,5	0,4	
		Рассольник с мясом	2	105	200	5,4	5	14,3	111,4	0,1	0	0,1	20,4	88,9	24,7	2,8	
Рыба запеченная		3	236	90	11,3	16,9	7,9	270	0,3	6,6	21,7	2,3	25,1	130	28,6		
Пюре картофельное		1	335	200	4,1	6,7	26,8	178,1	0,1	13,8	41	0,3	49,2	115,1	39,3		
Компот из смеси сухофруктов		2	402	200	0	0	21,8	86,2	0	0	1,6	0	9,1	0	1,9		
Хлеб пшеничный		3	10	50	1,1	0,2	8	38,6	0,1	0	0	0,4	7	31	9,4		
Хлеб ржаной		3	11	50	2,8	0,5	11,2	84	0,1	0	0	1,1	17,5	79	23,5		
Яблоко	1	140,3	100	0,4	0,4	9,8	47	0	10	5	0,6	16	11	8			
Итого за обед			950	25,8	32,8	101,9	854,3	0,8	45,6	69,4	4,7	163,6	474,5	144,9	10,9		
Итого за день			1460	79,9	59,2	146,3	1541,5	1	67,9	462,3	11,5	592,6	968	226	34,2		



Медицинская сестра диетическая Каплинина Н.А.

Handwritten signature

Фактическое меню ГБОУ АО "Вельская СКОШИ" а 13 июня 2024 года

Утверждаю: 
 директор ГБОУ АО "Вельская СКОШИ"
 С.А.Винниченко
 Материльные вещества

11 день	Меню	Сборник	№ рецеп. по сборнику	12-18 лет										Витаминный				
				Выход	Б	Ж	У	Ккал	В1	С	Р	Мг	Fe	Р	Мг	Fe		
Завтрак	Омлет натуральный	1	214	200	17	3	3,3	340	0	0,2	313,2	265,3	21,1	26,7				
	Икра кабачковая	1	7	100	1,8	6,3	10,3	104	0	35,8	0	40,7	17,7	1				
	Хлеб пшеничный	3	10	50	1,1	0,2	8	38,6	0,1	0	0	31	9,4	0,8				
	Хлеб ржаной	3	11	20	1,1	0,2	4,5	33,6	0,1	0	0	31,6	9,4	0,8				
	Масло (порциями)	1	13	20	0,3	16,6	0,3	149,6	0	0	118	2,4	3,8	0				
	Сыр (порциями)	1	14	20	4,6	5,9	0	72,8	0	0,1	52	0,1	100	7	0,2			
	Какао с молоком	1	433	200	3,8	3	23	130,8	0	0,5	17,7	0	104,6	28,9	0,9			
	Итого за завтрак			610	29,7	35,2	49,4	869,4	0,2	36,6	501	8,5	477,2	577	93,5	30,4		
	Обед	Салат Школьные годы	1	38	100	1,2	5,2	3,5	65	0,1	23,5	0	32,2	32,5	15,8	0,7		
		Рассольник с мясом	2	105	250	6,7	6,3	14,3	144	0,1	0	0,1	0	25,9	111,2	30,9	3,5	
Рыба запеченная		3	236	100	12,5	18,8	8,8	300	0,4	7,3	24,1	2,6	27,9	144,4	31,8	1,3		
Пюре картофельное		1	335	200	4,1	6,7	26,8	178,1	0,2	13,8	41	0,3	49,2	115,1	39,3	1,5		
Компот из смеси сухофруктов		2	402	200	0,1	0,1	23,2	92,6	0	0	1,6	0	9,1	0	1,9	0		
Хлеб пшеничный		3	10	50	1,1	0,2	8	38,6	0,1	0	0	0,4	7	31	9,4	0,8		
Хлеб ржаной		3	11	50	2,8	0,5	11,2	84	0,1	0	0	1,1	17,5	79	23,5	2		
Яблоко		1	140,3	100	0,4	0,4	9,8	47	0	10	5	0,6	16	11	8	2,2		
Итого за обед				1050	28,9	38,2	105,6	949,3	1	54,6	71,8	5	184,8	524,2	160,6	12		
ИТОГО за день				1660	58,6	73,4	155	1818,7	1,2	91,2	572,8	13,5	662	1101,2	254,1	42,4		

Медицинская сестра диетическая Каплинина Н.А.

