Меню горячего питания МБОУ «Айская СОШ»
для детей 1-4 классов на 3 марта 2021 года

Наименование продукта	№ рецеп-та	Масса пор-ций (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак															
Салат из моркови и яблок	9*	100	0,9	10,2	7,2	124	0,04	5,1	-	4,7	29	37	25	1,1	9,83
Гуляш из говядины	437*	100	13,9	6,5	4	132	0,07	5,07	1,49	0,5	16,7	119,19	18	2,3	40,42
Пюре из гороха	417*	200	19,48	1,92	38,7	232,8	0,4	-	-	-	111,6	312,6	104,8	6,6	3,20
Какао	496*	200	3,6	3,3	25	144	0,04	1,3	0,02	-	124	110	27	0,8	5,94
Хлеб белый из пшеничной муки 1 с и 2 с	108*	60	4,578	0,482	29,638	141,566	0,066	-	-	0,663	12,048	39,157	8,434	0,663	3,00
Итого			44,288	27,402	115,188	869,366	1,096	21,77	1,51	8,263	327,848	670,947	209,484	12,663	62,39

Директор школы: _____ С.В. Ольгезер
Шеф-повар: _____ Р.П. Лагерь
Повар: _____ Н.Г.Грибова

Меню горячего питания МБОУ «Айская СОШ»
для детей 5-11 классов на 3 марта 2021 года

Наименование продукта	№ рецеп-та	Масса пор-ций (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак															
Салат из моркови и яблок	9*	100	0,9	10,2	7,2	124	0,04	5,1	-	4,7	29	37	25	1,1	9,83
Гуляш из говядины	437*	100	13,9	6,5	4	132	0,07	5,07	1,49	0,5	16,7	119,19	18	2,3	40,42
Пюре из гороха	417*	200	19,48	1,92	38,7	232,8	0,4	-	-	-	111,6	312,6	104,8	6,6	3,20
Какао	496*	200	3,6	3,3	25	144	0,04	1,3	0,02	-	124	110	27	0,8	5,94
Хлеб белый из пшеничной муки 1 с и 2 с	108*	60	4,578	0,482	29,638	141,566	0,066	-	-	0,663	12,048	39,157	8,434	0,663	3,00
Итого			44,288	27,402	115,188	869,366	1,096	21,77	1,51	8,263	327,848	670,947	209,484	12,663	62,39

Директор школы: _____ С.В. Ольгезер
Шеф-повар: _____ Р.П. Лагерь
Повар: _____ В.Д.Андронова

Меню горячего питания МБОУ «Айская СОШ»
для детей с ОВЗ на 3 марта 2021 года

Наименование продукта	№ рецеп-та	Масса пор-ций (г)	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак															
Каша ячневая жидкая	255*	200	8	14,25	44,7	3,39	0,153	1,775	0,1	0,95	208,75	3,133	46,5	1,15	7,58
Чай с лимоном	494*	200	0,1	-	15,2	61	-	2,8	-	-	14,2	4	2	0,4	2,64
Хлеб белый из пшеничной муки	108*	30	4,578	0,482	29,638	141,566	0,066	-	-	0,663	12,048	39,157	8,434	0,663	1,50
Сыр	100*	30	19,2	7,83	-	102,9	0,009	0,21	0,069	0,15	270	150	15	0,27	10,28
Масло сливочное	105*	20	0,1	16,5	0,32	149,6	-	-	0,118	0,2	2,4	3,8	-	0,04	4,21
Итого			32,578	39,662	104,558	528,956	0,268	19,785	0,287	1,963	531,398	213,59	88,434	5,823	26,21
Обед															
Салат из моркови и яблок	9*	100	0,9	10,2	7,2	124	0,04	5,1	-	4,7	29	37	25	1,1	6,91
Суп с рыбными консервами	153*	250	9,225	7,225	16,05	166,25	0,103	7,9	0,03	0,75	63,75	165,75	48,25	1,25	12,77
Гуляш из говядины	437*	100	13,9	6,5	4	132	0,07	5,07	1,49	0,5	16,7	119,19	18	2,3	42,40
Пюре из гороха	417*	200	19,48	1,92	38,7	232,8	0,4	-	-	-	111,6	312,6	104,8	6,6	3,20
Сок	518*	200	0,1	0,2	0,2	92	0,02	4	-	-	14	-	-	2,8	7,13
Хлеб белый из пшеничной муки	108*	60	4,578	0,482	29,638	141,566	0,066	-	-	0,663	12,048	39,157	8,434	0,663	2,00
Итого			38,538	23,552	118,548	842,716	0,359	15,815	0,054	4,743	235,898	477,507	116,184	6,073	74,41
Итого															100,62

Директор школы: _____ С.В. Ольгезер
Шеф-повар: _____ Р.П. Лагерь
Повар: _____ Г.А.Лагерь