

День: 9- четверг

Неделя: вторая

№ реп	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность ь (ккал)	Витамины (МГ)				Минеральные в-ва (МГ)			
			Б	Ж	У		В ₁	В ₂	А	С	С _a	Р	Mg	Fe
113	Суп-лапша «Домашняя»	250	3,565	5,79	11,62	122,0	0,05	0,035	3,0	0,5	31,05	38,5	10,68	0,65
173	Каша вязкая гречневая	200	11,25	13,25	57,75	400,0	0,13	0,16	52,2	0,91	140,0	210,8	42,2	2,22
243	Сосиски отварные	55	5,47	8,3	0,12	131,0	0,09	0,08	20,0	-	16,1	81,0	10,0	0,88
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	0,03	0,03	-	-	6,9	26,1	9,9	0,33
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,02	-	-	4,6	21,2	5,0	0,62
376	Чай с сахаром	200/15	0,16	0,16	27,88	114,6	0,01	0,008	-	0,9	14,18	4,4	5,14	0,95
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ №9:		23,94	28,1	121,74	883,72	0,33	0,333	75	2,31	212,83	382,0	82,92	5,65

День: 10 – пятница

Неделя: вторая

№ реп	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность (ккал)	Витамины (МГ)				Минеральные в-ва (МГ)			
			Б	Ж	У		В ₁	В ₂	А	С	С _a	Р	Mg	Fe
101	Суп картофельный с гречневой крупой	250	2,02	5,09	11,98	107,25	0,09	0,06	-	8,38	29,15	56,7	24,18	0,93
128	Картофельное пюре	200	4,13	12,21	23,98	230,5	0,19	0,15	66,7	23,73	55,54	116,04	36,5	1,37
234	Рыба припущенная	100	12,22	2,29	2,43	85,8	0,09	0,07	14,5	0,7	36,17	88,8	15,09	1,55
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	0,03	0,03	-	-	6,9	26,1	9,9	0,33
ПР	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,02	-	-	4,6	21,2	5,0	0,62
389	Сок натуральный	200	1,0	-	20,2	84,8	0,02	0,02	-	-	14,0	14,0	8,0	2,8
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ 10:		22,86	20,11	82,96	624,47	0,44	0,35	81,2	32,81	146,36	322,84	98,67	7,6
	ИТОГО ЗА 10 ДНЕЙ:		314,3	314,27	1336,1	9069,6	3,97	3,67	711,3	199,4	2046,5	3548,1	1102,6	83,39

Всего: Норма -8139,0 — 9496,0 ккал, факт – 9069,60 ккал.

Товаровед ООО «Торгово-Ресторанного Хозяйства
Нижнегурского райпо

Согласовано:

Директор

« »

СОШ

2020г



Малашенко Н.Г.

Ф.И.О.