

ГТК-92н	Винегрет "Дары осени"	68	2,61	4,87	1,02	58,37	0,02	0,08	1,21	0,52	16,77	29,81	14,05	0,55
ГТК-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (фасоль стручковая)	75/15	9,18	6,06	9,42	130,98	0,06	0,02	0,43	0,38	30,83	127,90	15,60	0,89
516/04	Макароны отварные	150	5,3	6,2	35,3	218,2	0,09	0,00	0,00	0,80	19,8	45,4	8,9	0,36
ГТК1024	Чай с сахаром с молоком	200	1,9	1,8	17,3	87,3	0,02	0,01	0,60	0,00	65,5	84,7	11,4	0,90
	Хлеб "Рябинушка"	30	2,6	0,2	18,3	85,3	0,06	0,00	0,00	0,50	11,1	19,5	4,2	0,27
			21,62	19,06	81,34	580,19	0,25	0,11	2,24	2,20	144,00	307,31	54,15	2,97
	Суббота 06 .03													
	Десерт фруктовый (Апельсин)	100	0,4	0,0	10,7	42,0	0,03	0,00	19,50	0,14	22,7	15,3	8,7	0,20
ГТК-996	Салат «Бобовое зернышко»	60	1,0	3,0	4,7	49,5	0,02	0,00	4,44	1,14	18,4	8,6	21,0	0,69
433/04	Мясо тушеное	50/50	12,9	5,9	3,9	120,3	0,06	0,02	0,94	1,32	114,6	203,3	16,0	2,00
520/04	Картофельное пюре	150	3,2	6,8	21,9	164,0	0,16	0,09	10,90	0,37	48,3	97,0	16,3	1,23
685/04	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58,0	0,01	0,00	0,10	0,00	5,3	8,3	4,4	0,01
	Хлеб "Рябинушка"	30	2,6	0,2	18,3	85,3	0,06	0,00	0,00	0,50	11,1	19,5	4,2	0,27
	Печенье сахарное "Со вкусом топленого молока"	18	2,0	1,3	18,77	94,8	0,05	0,00	0,08	0,00	34,0	29,5	7,5	0,37
			22,34	17,15	93,33	613,92	0,39	0,11	35,96	3,47	254,20	381,44	78,07	4,77

		Пищевые вещества, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
		Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Са	Р	Mg	Fe	
	Итого за 5 дней		115,81	117,11	502,48	3525,00	1,81	1,09	89,99	14,99	1625,76	2335,10	374,97	17,99
	Среднее в день		19,30	19,52	83,75	587,50	0,30	0,18	15,00	2,50	270,96	389,18	62,50	3,00

Нормы физиологических потребностей для детей (завтрак)	
	с 7 до 11 лет
Белки (г)	15,4-19,3
Жиры (г)	15,8-19,75
Углеводы (г)	67-83,75
Энергетич. ценность, ккал	470-587,5
Витамин В ₁ (мг)	0,24-0,3
Витамин А (мг)	0,14-0,18
Витамин С (мг)	12-15
Витамин Е (мг)	2-2,5
Кальций (мг)	220-275
Фосфор (мг)	330-412,5
Магний (мг)	50-62,5
Железо (мг)	2,4-3

Генеральный директор ООО "Школьное питание"

_____ В.П. Гусева

Зам. директора

_____ Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам

_____ А.Р. Хамидуллина

Зам. начальника производственного отдела

 _____ Ю.В. Будилова

