



МАНУ, Никола №104
О. А. Рублева

День: понедельник

Неделя: вторая

Сезон: осенний, зимний

Возрастная категория: с 1 по 4 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг. %			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
	Комплекс: 1 (завтрак)									
№294.582/2017,2004.	Биточки руб.из птицы с/с бел.(60/30)	90	13,5	12,5	9,4	167,2	135,85	22,57	1,53	67,3
№508сб. 2004 г.	Каша гречневая	150	8,400	10,80	42,600	268,9	205,56	136,07	4,58	40,5
табл24сб.1994г.	Овощи по сезону	20-60	0,42	0,06	0,42	6,6	8,5	18,0	8,4	0,3
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	30	2,36	0,3	28,98	70,1	11,0	37,0	14,5	0,69
№684,685 сб.2004г.	Напиток	180	0,063	0,018	13,5	54,0	11,1	2,8	1,4	0,28
табл24 сб.1994г.	Фрукты свежие	80-100	0,4	0,4	9,8	47,0	11	9	2,2	30
	Итого:	610	25,143	24,078	104,7	613,86				
№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества мг. %			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
	Комплекс: 3 (обед)									
№98 сб 2017 г.	Суп с пшеном или рассольник Ленин.	200	2,08	4,24	11,44	92,8	35,88	70,48	28,46	1,64
№ 260 сб. 2017 г.	Гуляш(45/45)	90	9,580	15,370	2,600	278,1	21,81	154,15	22,03	3,06
№ 309 сб.2017 г.	Макароны отварные	150	5,66	4,29	36,09	205,8	22,91	172,7	24,86	0,53
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	25	2,25	0,575	1,175	58,45	5,5	9,0	4,2	0,35
Гост 2077-88	Хлеб бородинский	25	1,4	0,27	12,35	57,5	11,5	53,0	12,5	1,6
№639 сб.2004г.	Напиток	180	0,16	F24	27,88	132,8	0,16	0,16	1,4	0,28
	Итого:	670	21,130	24,745	91,535	619,630				

День: вторник

Неделя: вторая

Сезон: осенний, зимний

Возрастная категория: с 1 по 4 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг- ческая цен-ть (ккал)	Минеральные вещества мг.%			
			Б	Ж	У		Са	Р	Mg	Fe
Комплекс: 1 (завтрак)										
№291 с62017г.	Плов из птицы 50/150	200	13,8	15,8	39,07	358,0	59,78	80	22,2	3,63
табл24сб.1994г.	Овощи по сезону	20-60	0,42	0,06	0,84	6,6	8,5	18,0	8,4	0,3
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	30	2,36	0,3	28,98	70,1	11,0	37,0	14,5	0,69
№382 с6.2017г.	Напиток	180	3,88	3,1	20,18	112,9	116,2	31	1,03	22,12
	Итого:	470	20,46	19,26	89,07	547,60				
Комплекс: 3 (обед)										
№82 с6. 2017г.	Борщ с капустой и картофелем	200	1,600	4,16	10,48	84,8	39,78	43,68	20,9	0,98
№297 с62017г.	Фрикадельки из птицы	90/5	15	14,2	14,4	248,0	119,46	17,35	1,35	26,8
№508 с6.2004	Каша пшенная	150	6,6	7,5	38,4	274,5	33,83	146,69	34,36	2,48
табл24сб.1994г.	Овощи по сезону	20-60	0,48	0,06	1,02	78,0	8,5	18,0	8,4	0,3
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	25	2,25	0,575	1,175	58,45	5,5	9,0	4,2	0,35
Гост 2077-88	Хлеб бородинский	25	1,4	0,27	12,35	57,5	11,5	53,0	12,5	1,6
№389 с62017г.	Напиток	180	1	0	20,5	84,8	11,1	2,8	1,4	0,28
	Итого:	555	28,330	26,765	98,325	886,0				

День: среда

Неделя: вторая

Сезон: осенний, зимний

Возрастная категория: с 1 по 4 класс

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг- ческая цен-ть (ккал)	Минеральные вещества мг. %			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
	Комплекс: 1 (завтрак)									
№487 с6.2004г.	Птица отварная	90	17,13	17,01	2,4	130,5	59,78	80	22,2	3,63
№508с6. 2004 г.	Каша гречневая	150	8,400	10,80	42,600	263,0	205,56	136,07	4,58	40,5
табл24с6.1994г.	Овощи по сезону	20-60	0,48	0,06	1,02	78,0	8,5	18,0	8,4	0,3
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	30	2,36	0,3	28,98	70,1	11,0	37,0	14,5	0,69
№684,685 с6.2004г.	Напиток	180	0,063	0,018	13,5	54,0	11,1	2,8	1,4	0,28
	Итого:	510	28,43	28,19	88,50	595,6				
	Комплекс: 3 (обед)									
№103с6.2017г	Суп картофельный с вермишелью	200	2,300	2	16,800	96	21,36	44,78	18,22	0,7
№388 с6. 2004 г.	Котлета рыбная (80/30)	110	10,4	9,04	10,16	181,8	180,7	217,92	25,98	0,72
№ 520 с6.2004г.	Пюре картофельное	150	3,15	6,75	21,9	204,0	55,55	116,04	36,52	1,37
табл24с6.1994г.	Овощи по сезону	20-60	0,42	0,06	0,42	6,6	8,5	18,0	8,4	0,3
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	25	2,25	0,575	1,175	58,45	5,5	9,0	4,2	0,35
Гост 2077-88	Хлеб бородинский	25	1,4	0,27	12,35	57,5	11,5	53,0	12,5	1,6
№639 с6.2004г.	Напиток	180	0,16	0,16	27,88	132,8	0,16	0,16	1,4	0,28
табл24 с6.1994г.	Фрукты свежие	80-100	0,4	0,4	9,8	47,0	11	9	2,2	30
	Итого:	850	20,480	19,255	100,485	784,13				

День: четверг
неделя: вторая

Сезон: осенний, зимний

Возрастная категория: с 1 по 4 класс

	Прием пищи,	Масса	Пищевые			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		Ca	P	Mg	Fe
	Комплекс: 1 (завтрак)									
№279.331сб.2017	Тефтели кур.(2- вариант) 60/50	110	6,96	16,11	11,61	223,0	25,85	101,61	18,29	1,81
№ 309 сб.2017 г.	Макароны отварные	150	5,66	4,29	36,09	205,8	22,91	172,7	24,86	0,53
табл24сб.1994г.	Овощи по сезону	20-60	0,42	0,06	0,42	6,6	8,5	18,0	8,4	0,3
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	30	2,36	0,3	28,98	70,1	11,0	37,0	14,5	0,69
№379 сб.2017г.	Напиток	180	3,9	3	20,27	119,9	90	14	0,15	22
	Итого:	530	19,3	23,76	97,37	625,39				
	Комплекс: 3 (обед)									
	Итого:	790	21,66	21,265	81,945	811,55				
	Комплекс: 3 (обед)									
№99 сб2017г.	Суп из овощей	200	1,27	4	7,32	76,2	34,85	49,25	20,75	0,78
№487 сб.2004 г.	Жаркое по-домашнему/свин./40/160	200	15,7	15,8	22,4	361,62	47,82	64	17,76	2,9
табл24сб.1994г.	Овощи по сезону	20-60	0,48	0,06	1,02	78,0	8,5	18,0	8,4	0,3
ТУ9115-001-12123357	Хлебный батон	25	2,25	0,575	1,175	58,45	5,5	9,0	4,2	0,35
Гост 2077-88	Хлеб бородинский	25	1,4	0,27	12,35	57,5	11,5	53,0	12,5	1,6
№639 сб.2004г.	Напиток	180	0,16	0,16	27,88	132,8	0,16	0,16	1,4	0,28
табл24 сб.1994г.	Фрукты свежие	80-100	0,4	0,4	9,8	47,0	11	9	2,2	30
	Итого:	790	21,66	21,265	81,945	811,55				

