

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МБ
 «Икшурминская средняя школа»
 В.В.Иванова



Прием пищи	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ ТТК
		Б	Ж	У			
День 3, 1 недели							
Завтрак							
Макаронные изделия отварные	180	6,25	5,51	38,44	223,20	0,00	30
Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00	48
Кофейный напиток с молоком	200	2,66	2,15	10,93	72,00	1,01	2
Фрукты свежие (яблоко, груша, банан и др.)	100	0,8	0,2	7,5	37,86	38	76
Бутерброд с маслом	62	3,90	8,98	24,76	195,00	0,00	16
Итого	582	18,69	21,44	81,91	591,06	39,01	
Обед							
Салат из моркови с зеленым горошком (или кукурузой)	100	2,00	7,63	6,38	102,50	6,88	66
Борщ с капустой свежей и картофелем со сметаной, с мясом	268	3,52	5,11	9,79	109,89	9,77	5
Суфле из бройлеров-цыплят	100	15,80	12,67	2,97	205,00	0,11	81
Каша рассыпчатая	185	10,53	8,15	47,64	305,00	0,00	65
Компот из сухофруктов	200	0,55	0,00	18,14	78,00	0,50	9
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	0,00	ГП
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	17,00	90,50	0,00	ГП
Итого	953	39,50	34,56	126,52	1008,39	17,26	
		Б	Ж	У	Эн/ц	С	
Итого за третий день		79,00	69,12	253,04	2016,78	34,52	
Суточная потребность		90,00	92,00	383,00	2720,00	70,00	
Процент удовлетворения суточной потребности		87,78	75,13	66,07	74,15	49,31	

Примечание: ГП - готовый продукт.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3 гр.

Повар

Завхоз школы

И. Х Ахметшина

С. С. Нигматулина

