


 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 4, I неделя							
Завтрак							
Каша рисовая молочная жидкая	200	5,95	6,99	27,87	197,33	1,96	50
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	6,99	28,00	0,00	13
Фрукты свежие (яблоко, груша, банан и др.)	100	0,8	0,2	7,5	37,86	38	76
Бутерброд с молоком сгущенным	65	4,88	1,67	32,92	166,00	0,15	90
Итого	565	11,63	8,86	75,28	429,19	40,11	
Обед							
Кукуруза с яйцом и луком	100	4,78	9,33	5,38	126,67	7,33	86
Суп шахтерский со сметаной, с мясом	268	4,16	6,05	19,71	144,27	7,89	52
Жаркое по-домашнему	200	16,76	11,80	17,25	247,06	9,79	19
Сок фруктовый (овощной)	200	0,40	0,20	20,20	92,00	4,00	ГП
Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	50	1,00	2,00	21,43	128,57	0,00	ГП
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	918	34,20	30,38	125,57	946,57	29,01	
		Б	Ж	У	Эн/ц	С	
Итого за четвертый день		45,83	39,24	200,85	1375,76	69,12	
Суточная потребность		90,00	92,00	383,00	2720,00	70,00	
Процент удовлетворения суточной потребности		50,92	42,65	52,44	50,58	98,74	

Примечание: ГП - готовый продукт.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3 гр.

Повар

Завхоз школы



И. Х Ахметшина

С. С. Нигматулина

