

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 7 | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| Каша "Дружба" | 200 | 7,09 | 7,44 | 30,55 | 216,00 | 1,96 | 14 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,00 | 0,00 | 6,99 | 28,00 | 0,00 | 13 |
| Яйцо вареное | 40 | 5,08 | 4,60 | 0,28 | 63,00 | 0,00 | 48 |
| Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.) | 50 | 1,00 | 2,00 | 21,43 | 128,57 | 0,00 | ГП |
| Бутерброд с маслом и сыром | 74 | 6,68 | 12,52 | 24,76 | 239,00 | 0,08 | 3 |
| Итого | 564 | 19,85 | 26,56 | 84,01 | 674,57 | * 2,04 | |
| Обед | | | | | | | |
| Сельдь с луком репчатым | 100 | 8,84 | 10,84 | 1,52 | 193,34 | 1,66 | 33 |
| Суп картофельный с бобовыми, с мясом птицы | 263 | 10,90 | 4,41 | 22,00 | 166,98 | 5,74 | 47 |
| Жаркое по-домашнему | 170 | 14,25 | 10,03 | 14,66 | 210,00 | 8,32 | 19 |
| Сок фруктовый (овощной) | 200 | 0,40 | 0,20 | 20,20 | 92,00 | 4,00 | ГП |
| Фрукты свежие (яблоко, груша, банан и др.) | 100 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 37,86 | 38 | 76 |
| 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 | 933 | 42,29 | 26,68 | 107,48 | 908,18 | 57,72 | |
| | | Б | Ж | У | Эн/ц | * С | |
| Итого за седьмой день | | 62,14 | 53,24 | 191,49 | 1582,75 | 59,76 | |
| Суточная потребность | | 90,00 | 92,00 | 383,00 | 2720,00 | 70,00 | |
| Процент удовлетворения суточной потребности | | 69,04 | 57,87 | 50,00 | 58,19 | 85,37 | |

Примечание: ГП - готовый продукт.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3 гр.

Повар

Завхоз школы

И. Х. Ахметшина

С. С. Нигматулина

