



УТВЕРЖДАЮ:  
 директор МБОУ СОШ №28  
 С.К. Шмигельская

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества			
			Б	Ж	У	Ккал
<b>Неделя 1 День 2</b>						
<b>Завтрак</b>						
2.2-60	Овощи натуральные соленые	60	0,5	0,1	1,4	8,0
12.13-240	Плов из птицы	240	18,2	15,6	43,4	396,0
5.2-200	Чай с лимоном	200	0,1	0,0	15,3	61,6
14.2-35	Хлеб пшеничный	35	2,6	0,3	17,2	82,0
14.1-20	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	7,9	39,1
	Кондитерское изделие (халва) в промышленной упаковке	18	2,1	5,4	7,4	92,8
	<b>ИТОГО</b>	<b>500</b>	<b>22,7</b>	<b>16,2</b>	<b>85,2</b>	<b>586,7</b>
<b>Обед</b>						
3.13-60	Салат из свеклы отварной	60	0,8	4,4	3,5	42,1
10.8-200	Суп крестьянский с крупой	200	1,8	4,8	10,3	91,2
12.7-130	Печень говяжья по-строгановски	90/40	18,1	16,7	5,8	246,4
13.8-150	Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,7	7,7	33,3	231,0
5.7-200	Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,5	0,3	14,0	60,7
14.2-45	Хлеб пшеничный	45	3,3	0,4	22,1	105,4
14.1-30	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,0	0,3	11,9	58,7
16.5-60	Слойка с начинкой фруктовой	60	3,5	9,8	28,7	217,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>740</b>	<b>33,2</b>	<b>34,6</b>	<b>100,9</b>	<b>835,5</b>