

55




Утверждаю: Директор МБОУ "Усть-Майская СОШ"  
Бесперстова И.В.

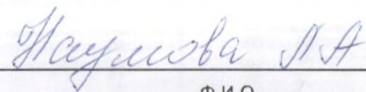
Пищевая ценность приготавливаемых

День:  
Неделя: первая  
Сезон: осенне-зимний

№ рец	Прием пищи наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины(мг)				Минеральные вещества			
			Белки	Жиры	Углевод ы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
258	жаркое по домашн	250,00	26,80	27,50	23,00	446,30	0,30	12,00	0,00	3,70	27,40	278,50	54,40	4,40
259	чай с молоком	200,00	1,40	1,60	17,39	89,55	4,00	2,10	0,00	0,01	7,35	9,34	5,00	0,91
480	хлеб	50,00	50,00	3,80	117,50	0,40	14,76	24,60	0,00	0,00	10,00	32,50	7,00	0,50
293	сок 02	200,00	2,00	0,20	5,80	36,00	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	0,60
48	суп с фрикадельками	250,00	9,76	6,82	19,01	175,10	0,07	1,48	1,53	0,11	40,74	163,67	28,59	1,27
ИТОГО			89,96	39,92	182,70	747,35	19,15	44,18	1,53	4,02	99,49	498,01	102,99	7,68

Исполнитель

  
подпись

  
Ф.И.О.

Утверждаю: Директор МБОУ "Усть-Майская СОШ"  
Бесперстова И.В.



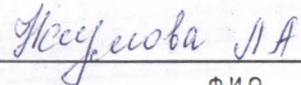
Пищевая ценность приготовляе

День:  
Неделя: первая  
Сезон: осенне-зимний

№ рец	Прием пищи наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества(г)			Энергети ческая ценность( ккал)	Витамины(мг)				Минеральные вещества			
			Белки	Жиры	Углевод ы		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
282	тефтели мясные	80,00	9,00	7,29	7,25	131,25	0,08	1,12	0,00	0,00	32,66	0,00	0,00	1,29
227	макаронные отварн	150,00	5,52	5,30	35,33	211,10	0,16	1,43	0,12	0,14	45,56	103,56	42,19	1,18
32	икра кабачковая	40,00	0,55	2,09	4,42	47,22	0,04	5,34	0,20	4,45	21,40	39,91	18,03	0,75
431	чай с сах лимон	200,00	0,30	0,10	15,00	62,00	0,00	3,00	0,00	0,00	8,00	10,00	5,00	1,00
480	хлеб пшеничный	50,00	50,00	3,80	117,50	0,40	14,76	24,60	0,00	0,00	10,00	32,50	7,00	0,50
465	шоколадный батон	35,00	1,33	13,17	18,07	189,70	0,03	0,00	0,00	2,30	28,00	95,00	99,00	3,00
99	суп картофель с бобов	250,00	6,40	4,50	18,60	141,00	0,20	6,00	0,20	0,30	50,00	139,00	38,00	1,90
	ИТОГО		73,10	36,25	216,17	782,67	15,27	41,49	0,52	7,19	195,62	419,97	209,22	9,62

Исполнитель

  
подпись

  
Ф.И.О.

55



Утверждаю: Директор МБОУ "Усть-Майская СОШ"  
Бесперстова И.В.

Пищевая ценность приготавливаем

День:  
Неделя: первая  
Сезон: осенне-зимний

№ рец	Прием пищи наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества(г)			Энергети ческая ценность(ккал)	Витамины(мг)				Минеральные вещества			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
258	жаркое по домашн	250,00	26,80	27,50	23,00	446,30	0,30	12,00	0,00	3,70	27,40	278,50	54,40	4,40
259	чай с молоком	200,00	1,40	1,60	17,39	89,55	4,00	2,10	0,00	0,01	7,35	9,34	5,00	0,91
480	хлеб	50,00	50,00	3,80	117,50	0,40	14,76	24,60	0,00	0,00	10,00	32,50	7,00	0,50
293	сок 02	200,00	2,00	0,20	5,80	36,00	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	0,60
48	суп с фрикадельками	250,00	9,76	6,82	19,01	175,10	0,07	1,48	1,53	0,11	40,74	163,67	28,59	1,27
ИТОГО			89,96	39,92	182,70	747,35	19,15	44,18	1,53	4,02	99,49	498,01	102,99	7,68

Исполнитель

*[Handwritten Signature]*  
подпись

*Наумова ДА*  
Ф.И.О.

№ 60

Утверждаю: Директор МБОУ "Усть-Майская СОШ"  
Бесперстова И.В.



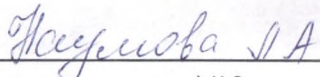
Пищевая ценность приготовляемых блюд

День:  
Неделя: первая  
Сезон: осенне-зимний

№ рец	Прием пищи наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность( ккал)	Витамины(мг)				Минеральные вещества			
			Белки	Жиры	Угледо ы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
243	колбаса в соусе	50,00	8,69	22,80	1,80	247,15	0,00	0,00	0,08	0,19	7,44	137,39	15,50	1,74
480	хлеб пшеничный	50,00	50,00	3,80	117,50	0,40	14,76	24,60	0,00	0,00	10,00	32,50	7,00	0,50
219	гречка	150,00	8,73	5,43	45,00	263,81	0,01	0,00	0,09	0,05	27,22	245,12	16,26	1,18
436	напиток фруктовый	200,00	0,20	0,00	25,70	105,00	0,00	13,00	0,00	0,10	8,00	5,00	3,00	0,00
465	апельсины	200,00	1,80	0,40	16,20	86,00	0,40	60,00	8,00	0,20	34,00	23,00	13,00	0,30
ИТОГО			69,42	32,43	206,20	702,36	15,17	97,60	8,17	0,54	86,66	443,01	54,76	3,72

Исполнитель

  
подпись

  
Ф.И.О.

15.301



Утверждаю: Директор МБОУ "Усть-Майская СОШ"  
Бесперстова И.В.

Пищевая ценность приготавлие

День:  
Неделя: первая  
Сезон: осенне-зимний

№ рец	Прием пищи наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества(г)			Энергети ческая ценность( ккал)	Витамины(мг)				Минеральные вещества			
			Белки	Жиры	Углевод ы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
60	ватрушки с яблокам	100,00	10,14	10,69	4,47	153,59	0,06	0,00	0,18	1,60	40,16	139,60	10,47	1,66
431	чай с сах лимоном	200,00	0,30	0,10	15,20	62,00	0,00	3,00	0,00	0,00	8,00	10,00	5,00	1,00
465	шоколадн батонч	45,00	0,07	0,07	47,85	357,00	0,03	0,00	0,00	2,30	28,00	95,00	99,00	3,00
ИТОГО			10,51	10,86	67,52	572,59	0,09	3,00	0,18	3,90	76,16	244,60	114,47	5,66

Исполнитель

*[Handwritten signature]*  
подпись

*Жукова ИИ*  
Ф.И.О.

Утверждаю: Директор МБОУ "Усть-Майская СОШ"  
Бесперстова И.В.



Пищевая ценность приготовляемых блюд

День:  
Неделя: первая  
Сезон: осенне-зимний

№ рец	Прием пищи наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины(мг)				Минеральные вещества			
			Белки	Жиры	Углероды		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
108	каша пшённая моло	200,00	7,26	7,83	34,42	237,97	0,16	2,60	0,16	0,32	252,85	270,52	48,55	160,00
480	хлеб	50,00	50,00	3,80	117,50	0,40	14,76	24,60	0,00	0,00	10,00	32,50	7,00	0,50
365	масло сливочная	20,00	0,20	14,40	0,20	132,00	0,00	0,00	0,10	0,10	1,20	1,90	0,04	0,02
366	сыр	20,00	1,39	1,77	0,00	21,84	0,01	0,18	0,05	0,12	210,00	210,00	9,90	0,24
271	какао с молоком	200,00	3,78	3,91	26,04	154,15	0,03	0,31	0,01	0,05	126,27	113,22	29,92	1,03
498	яблоки	200,00	1,80	1,14	8,00	94,00	0,03	10,00	5,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
42	рассольтнк	250,00	5,03	11,30	32,28	149,60	0,19	27,67	1,57	0,14	55,55	133,92	45,68	1,83
ИТОГО			69,46	44,15	218,44	789,96	15,18	65,36	6,89	0,93	671,87	773,06	150,09	165,82

Исполнитель

*[Signature]*

подпись

*Жадреева ЛН*

Ф.И.О.