

ГАПОУ СО «БПТ» К(К)ШИ

День: понедельник 31.08.2026г

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний.

Возрастная категория: 5-8 класс / 9-11 кл

№ Рец.	Прием пищи, наименование блюда.	Масса порции.	Пищевые вещества			Энер. Цен-ть (Ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Ужин														
17	Салат из свежей моркови	100/100	0,7/0,7	10,1/10,1	2/2	102/102	0,03/0,03	5/5	0/0	4,5/4,5	18/18	33/33	13/13	0,5 /0,5
407	Рагу из птицы	250	20/20	21/21	23/23	354/ 354	0,2/0,2	15/15	0,03/ 0,03	4/4	36/36	199/ 199	56/56	3/3
493	Чай с сахаром	200/ 200	0,1/0,1	0/0	15,0/15,0	60/60	0/0	0/0	0/0	0/0	11/11	3/3	1/1	0,3 /0,3
109	Хлеб ржаной	100/100	3,96 /3,96	0,72 /0,72	20,04 /20,04	104,4 /104,4	0,11 /0,11	0/0	0/0	0,84 /0,84	21 /21	94,8 /94,8	28,2 /28,2	2,34 /2,34
Итого ужин: 799,78														
Второй ужин														
516	Чай с сахаром	200/ 200	5,8 /5,8	5/5	8/8	100,00 /100,00	0,08 /0,08	1,4 /1,4	0,04 /0,04	0/0	240 /240	180 /180	28 /28	0,2 /0,2
	пряник	0,060	3,0	3,92	29,8	166,8	0,03	0	0,004	1,4	11,6	36	8	0,84
Итого второй ужин: 204,25														
Итого за день: 3998,92														