

Утверждаю.

Квачева Г.И.

« 16 » сентября 2022г.



МЕНЮ
на 16 сентября 2022г.
1-4 классы

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины/ Минеральные вещества												
			Белки	Жиры	Углеводы		Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	B2	D	K	I	Se	F
№ рецептуры 34*	Салат из свежих овощей с яблоками	60	0,79	3,08	5,98	52,47	0,86	3,65	5,02	56,34	21,09	12,54	24,58	0,80	0,01	5,70	0,00	0	0
т/к № 46* рецептура 101*	Суп «Харчо» с мясом птицы	200/10	4,97	6,19	31,3	152,84	21,3	0	1,23	0,88	0,013	1,33	0,006	0	0	0	0	0	0
т/к № 67 рецептура 214***	Сельдь (порциями) соус красный основной	80 30	9,07 0,23	8,77 0,67	11,21 1,82	116 14,20	64,0 7,05	32 5,34	0 7,89	0,13 0,012	0,96	0,006	0,067	0	0	0	0	0	0
т/к № 694***	гарнир: пюре картофельное	150	3,33	3,84	21,59	134,51	36,98	27,75	86,60	1,01	0,14	18,17	25,50	0	0	0	0	0	0
№ 375*	Чай с сахаром и лимоном	200	0,14	0,03	16,15	67,0	4,95	2,8	0	0,49	0	2,05	0	0	0	0	0	0	0
т/к № 878***	Хлеб пшеничный	40	3,28	0,56	0,52	78,0	13,2	0,03	0,015	1,68	0,09	6,9	16,1	0,036	0,13	9,9	0,001	0,0009	0,005
т/к № 879***	Хлеб ржаной	20	1,72	0,31	0,31	47,06	7,0	0,045	0,03	0,78	0,036	10,5	31,4	0,016	0,4	10,5	0,0084	0	0,2
№ 338*	Фрукт (Яблоко)	150	0,6	0,6	14,7	70,30	24	13,5	0,032	3,3	0	15	14,77	14,4	3,52	162,44	0,0065	0	0
	Итого обед:	940	24,13	23,74	103,58	732,38	180,34	85,115	99,587	65,84	21,46	73,48	112,36	15,319	4,06	188,54	0,0159	0,0009	0,205