Утверждаю.

Квачева Г.И.

« 28 » сентября 2022г.

МЕНЮ

на 28 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	B 1	C	A	B 2	D	K	I	Se	F	B
Обед																				
т/к № 51* № рецепт.75	***Икра морковная***	60	0.93	4,88	5,53	70	26,52	0	0	0,49	0,03	2.2	0,00	0,01	0	0	0	0	0	
т/к № 779 из Серия программ «Питание»	***Суп картофельный с клецками на мясном бульоне***	200	5,10	1,72	16,90	114,24	11,07	0	0	0,74	0,0367	2,212	0	0,0466	0	0	0	0	0	
т/к № 260* № рецепт.382*	***Гуляш***	120	10,0	13,42	17,32	126,15	17,45	17,62	0	2,45	0	0,74	0	0	0	0	0	0	0	0
№ рецепт.679***	***Гарнир: каша ячневая рассыпчатая***	150	4,79	4,26	30,83	187,02	39,14	0,02	168,0	0,83	0,09	0,00	0,02	0	0	0	0	0	0	0
т/к № 47*** № рецепт.943***	***Чай с сахаром***	200	0,20	0,00	14,00	28,0	6,0	0	0	0,4	0	0	0	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	0
(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	0
№ 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	0
	Итого обед:	940	26,62	25,44	100,11	720,77	144,38	31,215	168,077	10,67	0,283	49,192	62,29	14,4986	4,05	182,84	0,0159	0,0009	0,205	0