Утверждаю.

Квачева Г.И.

«14» октября 2022 г.

МЕНЮ

на 14 октября 2022г.

1-4 классы

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамы/ Минеральные вещества												
			Белки	Жиры	Углеводы		Ca	Mg	P	Fe	B 1	C	A	B 2	D	K	I	Se	F	B
Обед																				
№ рецептуры 34*	***Салат из свеклы 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 № 779 из Серия программ «Питание»	***Суп вермишелевый на курном бульоне***	200	2,15	2,27	13,71	83,8	11,07	0	0	0,74	0,0367	2,212	0	0,0466	0	0	0	0	0	
т/к № 260* № рецепт.382*	***Голубцы с мясом и рисом (ленивые) соус сметано-томатный***	240	16,56	18,08	23,12	334,93	17,45	17,62	0	2,45	0	0,74	0	0	0	0	0	0	0	0
т/к № 379 № рецепт.379*	***Напиток лимонный***	200	0,15	0,13	24,43	96	125,78	14		0,13		1,3	0	0	0	0	0	0	0	0
т/к № 878***	***Хлеб пшеничный***	40	3,28	0,56	0,52	78	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
т/к № 210110 ***	***Банан***	100	1,5	0,5	34,09	108	8	0,04	0,05	0	0	12,8	22.21	67,2	0.96	95.62	0.0056	0	0.169	0
	Итого обед:	860	26,15	24,62	102,16	800,26	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