

Утверждаю.

Квачева Г.И.

« 28 » октября 2022 г.



МЕНЮ

на обед

1-4 классы

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	Витамины/Минеральные вещества															
			Белки	Жиры		Углеводы	Ca	Mg	P	Fe	V1	C	A	B2	D	K	I	Se	F	B	
Обед																					
№ рецептуры 34*	Салат из свежесы с яблоками	60	0,79	3,08	5,98	52,47	0,86	3,05	5,02	0,13	21,09	12,54	24,58	0,80	0,01	5,70	0,00	0	0	0	0
т/к № 779 из Серия программ «Питание»	Суп вермишелевый на курином бульоне	200	2,15	2,27	13,71	83,8	11,07	0	0,74	0,0367	2,212	0	0,0466	0	0	0	0	0	0	0	0
№ 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	0,74	0	0	0	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	1,68	0,09	6,9	16,1	0,036	0,13	9,9	0,001	0,0009	0,005	0	0
т/к № 878***	Хлеб пшеничный	40	3,28	0,56	0,52	78	13,2	0,03	0,015	0,036	0,09	6,9	16,1	0,036	0,13	9,9	0,001	0,0009	0,005	0	0
(т/к № 879***	Хлеб ржаной	20	1,72	0,31	0,31	47,06	7,0	0,045	0,03	0,036	10,5	31,4	0,016	0,4	10,5	0,0084	0	0,2	0	0	0
т/к № 210110***	Банан	100	1,5	0,5	34,09	108	8	0,04	0,05	0	12,8	22,21	67,2	0,96	95,62	0,0056	0	0,169	0	0	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	0