Утверждаю.

Квачева Г.И.

«10» ноября 2022 г.

МЕНЮ

на 10 ноября 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
Обед																			
т/к № 41 рецептур.49*	***Салат витаминный***	60	0,9	2,76	6,6	54,6	44,88	25,67	72,87	2,09	0,16	11,37	0,16	0,054	0,09	0	0	0	0
т/к № 779 из Серия программ «Питание»	***Суп вермишелевый на курном бульоне***	200	6,2	5,87	13,71	83,8	11,07	0	0	0,74	0,0367	2,212	0	0,0466	0	0	0	0	0
т/к № 286*	***Тефтели соус красный основной***	100	5,87	9,83	22,71	164,2	43,90	21,60	106,7	0,96	0,06	0,85	39,00	0	0	0	0	0	0
т/к № 688*	***гарнир: каша пшеничная***	150	6,6	4,38	30,27	213,71	1,22	0,03	162	2,43	0,11	0	0,02	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
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
(т/к № 879***	***Хлеб ржаной***	20	1,72	0,31	0,31	47,06	7	0,045	0,03	0,78	0,036	10,5	31,4	0,016	0,4	10,5	0,0084	0	0,2
№ 338*	***Апельсин***	100	0,9	0,2	8,1	43	34	9	0,021	2,2	0	15	14,77	14,4	3,52	162,44	0,0065	0	0
	Итого обед:	870	25,62	24,04	106,65	780,37	263,62	88,225	362,53	11,73	0,496	46,95	101,29	14,452	4,05	182,84	0,0159	0,0009	0,205