



МЕНЮ на 18 ноября 1-4 классы

| № рецептуры, сборник | Наименование Блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | Энергетиче ская ценность | Витамины/ Минеральные вещества | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------------|--|--------------|------------------|-------|--------------------------------|--------------------------------|--------|--------|---------|------|-------|--------|-------|--------|------|--------|--------|--------|--------|------|---|---|---|---|---|
| | | | Белки | Жиры | | Углеводы | Са | Mg | P | Fe | B1 | C | A | B2 | D | K | I | Se | F | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Обед | | | | | |
| т/к № 100201 *** | Салат из капусты (с морковью) | 60 | 0,98 | 6,05 | 5,78 | 82,1 | 22,42 | 9,10 | 16,57 | 0,31 | 0,02 | 19,47 | 0,00 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| т/к № 33, рецепт. 88* | Суп картофельный с макаронами | 200 | 2,15 | 4,27 | 13,71 | 83,8 | 34,66 | 17,8 | 38,1 | 0,64 | 0,05 | 14,77 | 0,00 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| т/к № 61 № рецептуры 370** | Печень тушеная в сметано- томатном соусе | 100 | 13,62 | 5,82 | 3,35 | 109,94 | 11,48 | 16,10 | 0 | 1,0 | 0 | 3,78 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| т/к № 37, рецептура 679*** | гарнир: пюре картофельное | 150 | 2,06 | 6,8 | 20,45 | 137,25 | 1,22 | 0,03 | 162,0 | 2,43 | 0,11 | 0,00 | 0,02 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| № 17* № рецептуры 349 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,73 | 0 | 30,69 | 130 | 6,40 | 0,00 | 3,6 | 0,18 | 0,01 | 1,08 | 0,00 | 0 | 0 | 0 | 0 | 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 | 0,0005 | | | | | | |
| (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 | | | | | | |
| 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 | | | | | | |
| | Итого обед: | 920 | 26,04 | 24,31 | 108,9 | 776,15 | 108,27 | 30,155 | 162,092 | 7,91 | 0,273 | 29,742 | 63,22 | 13,929 | 0,9 | 104,42 | 0,0141 | 0,0009 | 0,218 | | | | | | |