

Утверждаю.

Квачева Г.И.

« 29 » ноября 2022 г.

МЕНЮ
на 29 ноября 2022 г.
I-4 классы



№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины/ Минеральные вещества													
			Белки	Жиры	Углеводы		Ca	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
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
т/к № 61 рецептуры 370**	Печень тушеная в сметанном 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
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
№ 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
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	0,000	0,000	0,000
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	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	0,9	95,62	0,0056	0	0	0
	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	