Утверждаю.
Квачева Г.И.
«19» января 2023 г.

МЕНЮ
на 19 января 2023 г.
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																			
№ рецептуры 53*	***Салат из свеклы с зеленым горошком***	60	**0,99**	**2,47**	**4,37**	**43,74**	17,0	11,03	-	0,79	-	4,12	-	-	-	-	-	-	-
т/к № 779 из Серия программ «Питание»	***Суп картофельный с клецками на мясном бульоне***	200	5,1	1,72	16,9	114,24	11,07	-	-	0,74	0,0367	2,212	-	0,0466	-	-	-	-	-
т/к № № рецептуры 532**	***Мясо отварное***	90	11	3,06	4,45	120	11,48	16,10	-	1,0	-	3,78	-	-	-	-	-	-	-
т/к № 321, рецептура 321*	***Рагу из овощей***	150	2,29	16	19,44	176	23,9	27,8	61,8	0,98	0,07	8,67	31,0	-	-	-	-	-	-
т/к № 47*** № рецепт.943***	***Чай с сахаром***	200	0,2	0	14	28	6,0	0	0	0,4	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	0,005
(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***	200	3	1	42	192	12,23	0,064	0,075	0	0	12,8	22.21	67,2	0,96	95.62	0.0056	0	0.169
	Итого обед:	960	**27,58**	**25,12**	**101,99**	**799,04**	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