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

МЕНЮ
на 20 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	B	D	K	I	Se	F
Обед																				
т/к № 88* № рецептуры 66*	***Салат из моркови с изюмом***	60	0,7	3,05	8,38	63	27,83	0	0	0,47	0,03	1,8	0	0,04	0	0	0	0	0	0
т/к № 33, рецепт.88*	***Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной)***	200	1,4	3,91	18,98	67,8	34,66	17,8	38,1	0,64	0,05	14,77	0,00	0	0	0	0	0	0	0
т/к № 120605 ***	***Плов из птицы***	240	13,44	16,02	50,14	361,6	41,52	21,36	45,73	0,8	0,06	17,73	0,00	0	0	0	0	0	0	
т/к № 379 № рецепт.379*	***Кофейный напиток***	200	0,14	0,03	16,15	67	125,78	14		0,13		1,3	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	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	0,2
т/к № 338*	***Яблоко***	150	0,6	0,6	14,7	70,3	24	13,5	0,032	3,3	0	15	14,77	14,4	3,52	162,44	0,0065	0	0	0
	Итого обед:	910	21,28	24,17	109,18	754,76	273,99	66,735	83,907	7,8	0,266	68	62,27	14,492	4,05	182,84	0,0159	0,0009	0	0,205