Утверждаю.

Квачева Г.И.

«10» апреля 2023 г.

МЕНЮ

на 10 апреля 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																			
т/к № 45*	**Винегрет овощной**	60	0,81	3,7	4,61	54,96	20,13	12,81	24,1	0,53	0,03	7,95	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	0	0	0	0	0	0
т/к № 486*	**Рыба тушеная в томате с овощами**	100	11,87	12,85	11,53	150	52,11	59,77	238,46	0,96	0,1	3,35	0,01	0	0	0	0	0	0
т/к № 37, рецептура 679***	**гарнир: пюре картофельное**	150	3,06	4,8	20,45	137,25	36,98	27,75	86,6	1,01	0,14	18,17	25,5	0	0	0	0	0	0
№ 17* № рецептуры 349	**Компот из смеси сухофруктов**	200	0,73	0	30,69	130	6,4	0	3,6	0,18	0,01	1,08	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
№ 389*	**Сок 0,2**	200	1	0	20,2	84,8	4	0,022	0,022	0	0	80	14	7	1,08	84	0,009	0	0,03
	Итого обед:	870	**23,87**	**25,82**	**107,29**	**749,87**	**174,48**	**118,227**	**390,93**	**5,78**	**0,456**	**142,72**	**87,01**	**7,052**	**1,61**	**104,4**	**0,0184**	**0,0009**	**0,235**