Утверждаю.
Директор школы _____Квачева Г.И.
«18» 09 2023г.

МЕНЮ

на 18 сентября 2023 г.

№рецептуры, сборник	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевыевещества			Энергетическая ценность	Витамины/ Минеральные вещества												
			Белки	Жиры	Углеводы		Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	B2	D	K	I	Se	F
Обед																			
т/к № 06 № рецептуры 10**	***Салат из свежих овощей***	60	1,,74	0,06	10,8	57,6	33,6	18,56	0	0,54	0	2,04	0	0	0	0	0	0	0
т/к № 96 рецепт.№ 96*	***Рассольник ленинградский***	200	5,09	7,12	10,45	126,67	25,83	19,26	0	1,1	0	10,98	0	0	0	0	0	0	0
т/к № 287* № рецептуры 287/354*	***Тефтели мясные соус сметанный***	100	7,58	10,84	16,95	125,36	14,88	15,89	0	0,66	0	0,44	0	0	0	0	0	0	0
т/к № 688***	***гарнир: макаронныеизделия отварные***	150	5,52	4,52	26,45	168,45	4,86	21,12	37,17	1,11	0,06	0	21	0	0	0		0	0
№ 97** № рецептуры 282**	***Чай с лимонном***	200	0,15	0,563	24,43	96	6,88	0	0	0,16	0	6,4	0	0	0	0	0	0	0
т/к № 878***	***Хлебпшеничный***	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***	26	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
т/к № 338*	***Киви***	130	1,04	1,4	10,63	51,1	24	13,5	0,032	3,3	0	15	14,77	14,4	3,52	162,44	0,0065	0	0
	Итого обед:	906	24,38	25,373	100,54	750,24	130,25	88,405	37,247	9,33	0,186	52,26	83,27	14,452	4,05	182,84	0,0159	0,0009	0,205