Утверждаю.

Директор школы _____ Квачева Г.И.

«__3__» ___10___ 2023г.

МЕНЮ

на 3 октября **2023 г.**

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины/ Минеральныевещества											
			Белки	Жиры	Углеводы		Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	B2	D	K	I	Se	F
Обед																			
№ рецептуры 44*	***Салат из свеклы с яблоками***	60	0,64	2,82	6,36	51,85	20,32	10,02	18,47	0,93	0,012	5,5	0,006	0,018	0	0	0	0	0
т/к № 82*** № рецепт.82/106***	***Суп картофельный с макаронными изделиями***	200	2,15	6,79	19,88	83,8	19,68	21,6	53,32	0,87	0,09	6,6	0	2,15	2,27	13,71	83,8	19,68	21,6
т/к № 608*	***Котлеты соус красный основной***	100	11,44	9,24	12,56	183	35	25,7	133,1	1,2	0,08	0,12	23	0	0	0	0	0	0
т/к № 679***	***гарнир: каша ячневая***	150	4,79	4,26	30,83	187,02	39,14	0,02	168	0,83	0,09	0	0,02	0	0	0	0	0	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***	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 № 210110 ***	***Фрукт***	200	1,8	0,4	16,2	86	42,35	0,12	0,047	0	0	0,18	15,7	13,83	0,37	84,02	0,0047	0	0,013
	Итого обед:	**976**	**26,02**	**24,07**	**100,66**	**744,73**	**182,69**	**57,535**	**372,982**	**6,69**	**0,398**	**29,8**	**86,226**	**16,05**	**3,17**	**118,13**	**83,8141**	**19,681**	**21,818**