

Утверждаю.

Директор школы Квачева Г.И.

« 18 » 10 2023г.



# МЕНЮ

на 18 октября 2023 г.

Рецептуры сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетиче ская ценность	Витамины/ Минеральные вещества																						
			Белки	Жиры	Углеводы		Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	B2	B	D	K	I	Se	F									
																					Обед								
т/к № 52(1)	Салат из моркови с маслом растительным	60	0,72	4,08	3,84	55,2	0,86	3,65	5,02	56,34	21,09	10,95	24,58	0,8	0,01	5,7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
т/к № 33, рецепт.88*	Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной)	200	1,4	5,91	6,79	67,8	34,66	17,8	38,1	0,64	0,05	14,77	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	200
т/к № 120605 ***	Плов из птицы	240	14,03	13,28	48,24	361,6	6,82	38,7	45,73	1,62	0,06	5,6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	240
№ 433*	Напиток кофейный на молоке	200	2,8	3,2	14,8	100	125,78	14	0	0,13	0	1,3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	200
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	0,0009	0	0	0	0	0	0	0	0	40
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	0,0084	0	0	0	0	0	0	0	0	0	26
т/к № 210110 ***	Фрукт	150	2,55	0	34,35	110,2	12	0,06	0,08	0	0	17,2	33,32	100,8	1,44	143,43	0,0084	0	0,0084	0	0,254	0,0009	0,0009	0	0,254	0,0009	0,254	150	
	Итогообед.	916	26,5	27,34	108,85	819,86	219,59	83,445	108,06	5,38	0,266	64,22	80,82	100,85	1,97	163,83	0,0094	0,0009	0,0009	0,254	0,0009	0,0009	0,254	0,0009	0,254	0,0009	0,254	916	