

Утверждаю.

Директор школы Д.И. Квачева Г.И.

«20» 10 2023 г.



МЕНЮ

на 20 октября 2023 г.

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины/ Минеральные вещества																		
			Белки	Жиры	Углеводы		Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	B2	D	K	I	Se	F						
т/к № 41 рецептур.49*	Салат витаминный	60	2,98	2,45	8,9	67,4	26,93	15,4	43,72	1,25	0,1	6,82	0,1	0,032	0,054	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
т/к № 110332-1 рецептуры 155, 110332-1	Суп картофельный с клецками на мясном бульоне	200	4,18	6,84	19,52	138,46	11,07	0	0	0,74	0,0367	3,44	0	0,0466	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
т/к № 20 № рецептуры 43/8**	Гуляш	90	11,12	5,2	13,2	105,6	13,36	14,4	95,35	1,84	0,056	4,06	0,24	0,088	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
№ рецептур.336*	Капуста тушеная	150	2,78	7,98	34,52	213,53	21,96	43,99	119,59	1,73	0,23	31,5	31,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
т/к № 379 № рецепт.379*	Напиток лимонный	200	0,15	0,563	24,43	96	6,88	0	0	0,16	0	6,4	0	0	0	0	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	0,0009	0,0009	0,0005	0,0009	0,0005	0,0005	0,0005
(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	0,2	0,0084	0	0,2	0,2
	Итого:обед.	766	26,21	23,903	101,4	746,05	100,4	73,865	258,705	8,18	0,549	69,62	79,34	0,2186	0,584	20,4	0,0094	0,0009	0,0009	0,0009	0,205	0,0009	0,0009	0,205	0,205

Обед