**Утверждаю.**

**Директор школы _____Квачева Г.И.**

**«_9_» _11_ 2023г.**

# МЕНЮ

**на 9 ноября 2023 г.**

| №рецептуры, сборник | Наименование Блюда | Вес блюда | Пищевыевещества | | | Энергетическая ценность | Витамины/ Минеральныевещества | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | Ca | Mg | P | Fe | B1 | C | A | B2 | B | D | K | I | Se | F |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| № рецептуры 17*** | **Салат из соленых огурцов с луком** | 60 | 0,52 | 3,07 | 1,57 | 35,88 | 0,86 | 3,65 | 5,02 | 56,34 | 21,09 | 10,95 | 24,58 | 0,8 | 0,01 | 5,7 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| т/к № 33, рецепт.88* | **Щи из свежей капусты с картофелем** | 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 |
| 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 |
| № 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 |
| 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 | 0 |
| (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 | 0 |
| 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 | 0,254 | 0 |
| | **Итого обед:** | **916** | **26,3** | **26,33** | **106,58** | **800,54** | **200,32** | **74,285** | **88,975** | **61,19** | **21,33** | **67,22** | **105,4** | **101,65** | **1,98** | **169,53** | **0,0094** | **0,0009** | **0,254** | **0** |