

Утверждаю.

Директор школы Квачева Г.И.

« 15 » 12 2023г.

МЕНЮ

на 15 декабря 2023 г.

Рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины/ Минеральные вещества																
			Белки	Жиры	Углеводы		Ca	Mg	P	Fe	В1	C	A	B2	D	K	I	Se	F				
т/к № 41 рецептур.49*	Салат из квашеной капусты	60	0,96	2,19	3,79	37,82	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
т/к № № рецепт.208***	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,15	6,79	19,88	83,8	19,68	21,6	53,32	0,87	0	0,09	6,6	0	2,15	2,27	13,71	83,8	19,68	21,6	0	0	0
т/к № 46 № рец.245, 330	Бефстроганов из отварной говядины	90	11,84	13	8,65	179,1	8,72	18,52	0	0,82	0	0,24	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
№ рецепт.679***	Гарнир: каша пшеничная	150	6,6	4,38	35,27	213,71	1,22	0,03	162	2,43	0,02	0	0,02	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
№ 874***	Кисель из смеси сухофруктов	200	0,2	0	32,6	132	18	0	4,29	0,6	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	0,005	0,005	0,0009	0,0009	0,005
(т/к № 879*** т/к № 210110 ***	Хлеб ржаной Фрукт	26 150	1,72 2,55	0,31 0	0,31 34,35	47,06 110,2	7 12	0,045 0,06	0,03 0,08	0,78 0	0,036 0	10,5 17,2	31,4 33,32	0,016 100,8	0,4 1,44	10,5 143,43	0,0084 0,0084	0 0	0,2 0,254	0,2 0,254	0,0084 0,0084	0 0	0,2 0,254

Обед