

Утверждаю.

Директор школы Квачева Г.И.

« 18 » 12 2023г.



# МЕНЮ

на 18 декабря 2023 г.

Рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	Витамины/ Минеральные вещества																
			Белки	Жиры		Углеводы	Ca	Mg	P	Fe	BI	C	A	B2	D	K	I	Se	F			
т/к № рецептуры 34	Салат из свеклы с зеленым горошком	60	1	2,51	4,91	46,26	16,76	11,14	25,18	0,79	0,003	5,88	0	0,01	0	0	0	0	0	0	0	0
т/к № рецептур под редак. В.И.Давыдовой, 2004г.	Борщ с капустой и картофелем	200	1,46	3,92	9,6	91,88	27,56	20,96	42,42	0,94	0,04	8,24	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
т/к № 29* рецептуры 26г*	Печень тушеная в соусе	100	11,43	12,75	2,51	197	11,48	16,1	0	1	0	19,56	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
рецептура 694***	гарнир: пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,45	137,25	36,98	27,75	86,6	1,01	0,14	12,62	25,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0
№ 132*	Компот из смеси сухофруктов	200	0,28	0,06	27,88	113,52	6,4	0	3,6	0,18	0,01	1,08	0	0	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	0,0005			
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	0,2			
т/к № 21010***	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			
	Итого:обед.	866	24,78	24,91	100,53	821,17	131,38	76,085	157,925	6,38	0,319	81,98	106,32	100,862	1,97	163,83	0,0094	0,0009	0,459			