



Утверждаю.

Директор школы Квачева Г.И.

« 29 » 12 2023 г.

МЕНЮ

на 29 декабря 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 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	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	0,09	6,6	0	2,15	2,27	13,71	83,8	19,68	21,6	0	0	0	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	0	0
№ рецепт.679***	Гарнир: каша пшеничная	150	6,6	4,38	35,27	213,71	1,22	0,03	162	2,43	0,11	0	0,02	0	0	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	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	0,0009	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001	0,0001
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	0,0084	0	0,0084	0	0,2	0,2
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	0,0084	0	0,0084	0	0,254	0,254

Обед