Утверждаю.
Директор школы _____ Квачева Г.И.
«19 » января 2024г.

МЕНЮ

на 19 января 2024г.

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества							
			Белки	Жиры	Углеводы		Ca	Mg	P	Fe	B 1	C	A	B 2	D	K	I	Se	F
Обед																			
т/к № 100509 № рецептуры 37, 100509**	**Салат из сборных овощей**	60	0,83	6,05	3,84	69,78	33,6	18,56	0	0,54	0	10,95	0	0	0	0	0	0	0
т/к № 2,3 рецептуры155, 110332-2	**Суп картофельный с клецками**	200	3,99	5,41	14,66	114,57	11,07	0	0	0,74	0,0367	4,11	0	0,0466	0	0	0	0	0
т/к № № рецептуры 486***	**Рыба тушеная в томатном соусе с овощами**	100	9,25	7,85	6,53	100	34,74	39,85	158,97	0,64	0,067	2,23	0,006	0	0	0	0	0	0
т/к № рецептура 694***	**гарнир: пюре картофельное**	150	3,06	4,8	20,45	137,25	36,98	27,75	86,6	1,01	0,14	18,17	25,5	0	0	0	0	0	0
№ рецептуры 412 (1)	**Компот из смеси сухофруктов**	200	1,06	0,34	46,8	193,6	6,4	0	3,6	0,18	0,01	1,08	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
(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
№ 389*	**Фрукт**	100	0,4	0,4	9,8	44	16	9	0,021	2,2	0	15	14,73	14,4	3,52	162,44	0,0065	0	0
	Итого обед:	**876**	**23,59**	**25,72**	**102,91**	**784,26**	**158,99**	**95,235**	**249,24**	**7,77**	**0,38**	**68,94**	**87,736**	**14,4986**	**4,05**	**182,84**	**0,0159**	**0,0009**	**0,205**