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

МЕНЮ

на 25 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	4,07	2,84	69,78	33,6	18,56	0	0,54	0	10,95	0	0	0	0	0	0	0	0
т/к № № рецепт.187***	**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 № 34* № рецепт. 291*	**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
№ 945***	**Чай с молоком**	200	1,4	1,6	16,4	86	33	10,5	67,5	0,4	0,02	0	0,08	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	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**	100	2	0	30,2	98,2	12	0,06	0,08	0	0	17,2	33,32	100,8	1,44	143,43	0.0084	0	0	0
	Итого обед:	**866**	**24,66**	**25,73**	**105,3**	**808,44**	**140,28**	**85,695**	**151,46**	**5,66**	**0,256**	**65,92**	**80,9**	**100,85**	**1,97**	**163,83**	**0,0094**	**0,0009**	0	0