

Утверждаю,
Квачева Г.И.
«4» марта 2024г.



Директор школы

МЕНЮ

на 4 марта 2024г.

№ 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
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 рецептуры 155, 110332-2	Суп картофельный с клецками	200	3,99	5,41	14,66	114,57	11,07	0	0,74	0,0367	4,11	0	0,0466	0	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***	Рыба тушеная в 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	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*** № 389*	Хлеб ржаной Фрукт	26 100	1,72 0,4	0,31 0,4	0,31 9,8	47,06 44	7 16	0,045 9	0,03 0,021	0,78 2,2	0,036 0	10,5 15	31,4 14,73	0,016 14,4	0,4 3,52	10,5 162,44	0,0084 0,0065	0 0	0,2 0
Итого обед:		876	23,59	25,72	102,91	784,26	158,99	95,235	249,2	7,77	0,38	68,94	6	14,4986	4,05	182,84	0,0159	0,0009	0,205