



Утверждаю.
 Квачева Г.И.
 Директор школы

«18» декабря 2024 г.

МЕНЮ

18 декабря 2024 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		
																				Обед	
т/к №07 № рецептуры 28	Салат овощной с яблоками	60	0,72	3,19	4,38	27,6	7,98	24,01	0,34	0,02	5,7	0	0	0	0,01	5,7	0	0	0	0	0
№ рецептуры 206***	Суп картофельный с бобовыми	200	4,39	4,22	13,06	107,8	28,24	69,74	1,62	0,18	4,65	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
т/к № 486*	Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	100	8,32	9,46	12,25	90	35,86	143,08	0,58	0,06	2,01	0,006	0	0	0	0	0	0	0	0	0
№ рецептуры 128	Гарнир: пюре картофельное	150	4,3	6,05	42,3	181,5	67,5	208,5	3,95	0,18	0	0,02	0,015	0	0	0	0	0	0	0	0
№ 349*	Компот из смеси сухофруктов	200	1,06	0,34	26,8	113,52	0	3,6	0,18	0,01	1,08	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
т/к № 878***	Хлеб пшеничный	40	3,28	0,56	0,52	78	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	0,045	0,03	0,78	0,036	10,5	31,4	0,016	0,4	10,5	0,0084	0	0,2			
№ 338*	Фрукты	100	0,6	0,6	14,7	70,31	13,5	0,032	3,3	0	22,5	22,09	21,6	5,28	243,66	0,0098	0	0			
	Итого обед:	876	24,39	24,73	114,32	715,79	152,65	449,007	12,43	0,576	53,34	69,616	21,67	5,82	269,76	0,0192	0,0009	0,205			