Утверждаю.
Директор школы _____Квачева Г.И.

«24» января 2024 г.

МЕНЮ

24 января 2025 г

№ 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 рецептуры № 49	*Салат витаминный*	60	2,98	2,45	8,9	67,4	27,34	7,98	24,01	0,34	0,02	5,7	0	0	0,01	5,7	0	0	0
т/к № № рецепт.114(1)	*Суп картофельный с крупой на мясном бульоне*	200	2,4	8,15	24,28	132,44	19,96	21,12	50,64	0,75	0,09	6,03	0	0	0	0	0	0	0
т/к № 29* № рецептуры 486	*Рыба тушеная в томате с овощами*	100	8,32	7,85	8,53	100	11,48	16,1	0	1	0	19,56	0	0	0	0	0	0	0
рецептура 679***	*каша рассыпчатая (гречневая)*	150	7,46	5,61	35,84	230,45	36,98	27,75	86,6	1,01	0,14	12,62	25,5	0	0	0	0	0	0
т/к № № рецептуры 376	*Чай с сахаром*	200	0,07	0,02	15	60	33	10,5	67,5	0,4	0,02	0,24	0,08	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 ржано-пшеничный*	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
рецептуры № 338	*Фрукт*	100	0,06	0,06	14,7	70,31	12	0,06	0,08	0	0	17,2	33,32	100,8	1,44	143,43	0.0084	0	0.254
	Итого обед:	**876**	26,29	25,01	108,08	785,66	**160,96**	**83,585**	**228,875**	**5,96**	**0,396**	**78,75**	**106,4**	**100,852**	**1,98**	**169,53**	**0,0094**	**0,0009**	**0,459**