Утверждаю.
Директор школы _____ Квачева Г.И.
«10» марта 2025 г.

# МЕНЮ

10 марта 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** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| № рецептуры 52 (1) | ***Салат из моркови с маслом растительным*** | 60 | 0,72 | 2,08 | 3,84 | 55,2 | 33,6 | 18,56 | 0 | 0,54 | 0 | 2,04 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| т/к № 46__№ рецеп сб.рецептур 101* | ***Суп «Харчо» с мясом птицы*** | 200 | 5,65 | 6,2 | 22,78 | 138 | 25,83 | 19,26 | 0 | 1,1 | 0 | 3,44 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| № рецептуры 28, 35 | ***Тефтели мясные соус сметанный*** | 100 | 7,58 | 10,84 | 16,95 | 125,36 | 14,88 | 15,89 | 0 | 0,66 | 0 | 0,44 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| т/к № 679*** | ***каша пшеничная*** | 150 | 5,6 | 4,38 | 30,27 | 213,71 | 1,22 | 0,03 | 162 | 2,43 | 0,11 | 0 | 0,02 | 0 | 0 | 0 | | 0 | 0 |
| № 97** № рецептуры 282** | ***Напиток лимонный*** | 200 | 0,15 | 0,56 | 24,43 | 96 | 6,88 | 0 | 0 | 0,16 | 0 | 6,4 | 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*** | ***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 |
| т/к № 338* | ***Фрукт*** | 100 | 1,04 | 1,4 | 10,53 | 51,1 | 24 | 13,5 | 0,032 | 3,3 | 0 | 15 | 14,77 | 14,4 | 3,52 | 162,44 | 0,0065 | 0 | 0 |
| | Итого обед: | 876 | 25,74 | 26,33 | 109,63 | 804,43 | 126,61 | 67,315 | 162,08 | 10,65 | 0,236 | 44,72 | 62,29 | 14,452 | 4,05 | 182,84 | 0,0159 | 0,0009 | 0,205 |