

МЕНЮ

на 18 февраля 2022г.

1-4 классы

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетиче ская ценность	Витамины					Минеральные вещества								
			Белки	Жиры	Углевод ы		Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	B2	B	D	K	I	Se	F
Обед																				
Т/к № 88* № рецептуры 66*	Салат из моркови с изюмом	60	0,7	3,05	8,38	63,0	27,83	0	0	0,47	0,03	1,8	0	0,04	0	0	0	0	0	0
Т/к № 82*** № рецепт.82/106***	Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне	200	7,66	8,58	17,14	176,42	25,04	27,44	0	1,1	0	8,56	0,00	0	0	0	0	0	0	0
Т/к № 34* № рецепт.637***	Курица отварная	80	16,88	10,88	0,00	165,00	31,20	16,00	114,4	1,44	0,03	0,00	16,00	0	0	0	0	0	0	0
Т/к № 321* № рецепт.321*	Капуста, тушеная	150	2,78	6,48	34,52	213,53	21,96	43,99	119,59	1,73	0,23	31,50	31,50	0	0	0	0	0	0	0
Т/к № 291***	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0	0	28,0	119,0	0,24	0	0	0,03	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Т/к № 878***	Хлеб пшеничный	40	3,28	0,56	0,52	78,0	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 ржаной	20	1,72	0,31	0,31	47,06	7,0	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 № 210110***	Яблоко	160	0,64	0,64	15,62	75,2	12,23	0,047	0,032	0	0	25,6	14,77	14,4	3,52	162,44	0,0065	0		0,032
	Йогурт фруктовый 5%	115	5,0	2,2	18,0	120,0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Итого обед:	1025	38,66	2,84	122,49	1057,21	138,7	87,552	234,067	4,22	0,356	74,5	109,77	14,492	4,05	182,84	0,0159	0,0009	0,205	0,032