Утверждаю.

_____ Квачева Г.И.

«22» февраля 2022г.

МЕНЮ

на 22 февраля 2022г.

1-4 классы

№ 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	B
							Обед													
т/к № 45*	**Винегрет овощной**	60	0,96	6,11	5,46	80,92	13,92	12,45	26,98	0,51	0,04	6,15	0,00	0	0	0	0	0	0	0
т/к № 197*	**Рассольник петербургский на мясном бульоне**	200	4,04	4,22	13,76	101,20	21,16	20,72	57,56	0,78	0,08	6,03	0,00	0	0	0	0	0	0	0
т/к № 260* № рецепт.382*	**Гуляш**	80	11,64	13,43	2,31	176,80	17,45	17,62	0	2,45	0	0,74	0	0	0	0	0	0	0	0
№ рецепт.679***	**Гарнир: каша гречневая рассыпчатая**	150	7,46	5,61	35,84	230,45	12,98	67,50	208,5	3,95	0,18	0,00	0,02	0	0	0	0	0	0	0
т/к № 382* № рецепт.382*	**Какао с молоком**	200	4,08	3,54	17,58	118,6	152,22	21,34	0	0,48	0	1,59	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	0
(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	0
№ 389*	**Сок 0,2**	200	1	0	20,2	84,8	4	0,022	0,022	0	0	80	14	7	1,08	84	0,009	0	0,03	
	Итого обед:	950	34,18	33,78	95,98	917,83	241,93	139,727	293,107	10,63	0,426	111,91	61,52	7,052	4,05	104,4	0,0159	0,0009	0,237	0