



МЕНЮ

на завтрак
1-4 классы

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетиче ская ценность	Витамины					Минеральные вещества									
			Белки	Жиры		Углеводы	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	B2	D	K	I	Se	F	
Обед																				
т/к № 47 № рецептуры 47*	Салат из капусты квашеной	60	1,02	3,0	5,07	51,42	41,60	14,2	30,60	0,58	0,02	25,00	0,00	0	0	0	0	0	0	
т/к № 10 рецепт. 204 ***	Суп картофельный с крупой на овощном бульоне	200	1,6	2,19	11,66	72,60	20,88	22,80	66,12	1,04	0,09	6,60	0,00	-	-	-	-	-	-	
т/к № 259, № рецепт. 259	Жаркое по-домашнему	230	21,29	23,78	21,79	387,70	40,1	55,83	-	5,07	-	8,88	0	0	0	0	0	0	0	
т/к № 379 № рецепт. 379*	Кофейный напиток	200	3,17	2,68	15,9	100,6	125,78	14,0	0	0,13	0	1,3	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	
	Итого обед:	910	32,72	33,16	70,87	812,58	121,69	56,842	108,39	4,52	0,264	78,51	62,27	14,452	4,05	182,84	0,0159	0,0009	0,237	