

Утверждаю.

Касачева Г.И.

2022г.



# МЕНЮ

на

4 марта 2022г.

1-4 классы

| № рецептуры,<br>сборник                     | Наименование Блюда                               | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |       |              | Энергетическая<br>ценность | Витамины/Минеральные вещества |        |         |        |       |        |       |        |      |        |        |        |       |
|---------------------------------------------|--------------------------------------------------|--------------|------------------|-------|--------------|----------------------------|-------------------------------|--------|---------|--------|-------|--------|-------|--------|------|--------|--------|--------|-------|
|                                             |                                                  |              | Белки            | Жиры  | Углево<br>ды |                            | Ca                            | Mg     | P       | Fe     | B1    | C      | A     | B2     | D    | K      | I      | Se     | F     |
|                                             |                                                  |              |                  |       |              |                            |                               |        |         |        |       |        |       |        |      |        |        |        |       |
| Обед                                        |                                                  |              |                  |       |              |                            |                               |        |         |        |       |        |       |        |      |        |        |        |       |
| № рецептуры 53*                             | Салат из свеклы с зеленым<br>горошком            | 60           | 0,99             | 2,47  | 4,37         | 43,74                      | 17,0                          | 11,03  | -       | 0,79   | -     | 4,12   | -     | -      | -    | -      | -      | -      | -     |
| т/к № 779 из Серия<br>программ<br>«Питание» | Суп картофельный с клецками<br>на мясном бульоне | 200          | 5,10             | 1,72  | 16,90        | 114,24                     | 11,07                         | -      | 0,74    | 0,0367 | -     | 2,212  | -     | 0,0466 | -    | -      | -      | -      | -     |
| т/к № 61<br>№ рецептуры<br>370**            | Азу                                              | 80           | 5,28             | 7,21  | 6,96         | 116,80                     | 11,48                         | 16,10  | -       | 1,0    | -     | 3,78   | -     | -      | -    | -      | -      | -      | -     |
| т/к № 37,<br>рецептура 679***               | гарнир: каша пшеничная                           | 150          | 6,60             | 4,38  | 35,27        | 213,71                     | 1,22                          | 0,03   | 162,0   | 2,43   | 0,11  | 0,00   | 0,02  | -      | -    | -      | -      | -      | -     |
| № 375*                                      | Чай с сахаром и лимоном                          | 200          | 0,14             | 0,03  | 16,15        | 67,0                       | 4,95                          | 2,8    | -       | 0,49   | -     | 2,05   | -     | -      | -    | -      | -      | -      | -     |
| 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<br>***                         | Апельсин                                         | 200          | 1,80             | 0,40  | 16,20        | 86,00                      | 42,35                         | 0,12   | 0,047   | 0      | 0     | 0,18   | 15,7  | 13,83  | 0,37 | 84,02  | 0,0047 | 0      | 0,013 |
|                                             | Итого обед:                                      | 950          | 24,91            | 17,08 | 96,68        | 766,55                     | 108,27                        | 30,155 | 162,092 | 7,91   | 0,273 | 29,742 | 63,22 | 13,929 | 0,9  | 104,42 | 0,0141 | 0,0009 | 0,218 |