



МЕНЮ
на 10 марта 2022г.
1-4 классы

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетиче ская ценность	Витамины					Минеральные вещества									
			Белки	Жиры	Углев оды		Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	B2	B	D	K	I	Se	F	
Обед																					
т/к № 41 рецептур.49*	Салат витаминный	60	0,9	2,76	6,60	54,6	44,88	25,67	72,87	2,09	0,16	11,37	0,16	0,054	0,09	0	0	0	0	0	0
№ рецептуры 206***	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне	200	4,39	4,22	13,06	107,8	30,46	28,24	69,74	1,62	0,18	4,65	0,00	0	0	0	0	0	0	0	
т/к № 96***	Плов мясной	230	15,24	20,50	43,52	423,68	18,53	0	0	2,5	0,087	2,726	0	0,115	0	0	0	0	0	0	
т/к № 47*** № рецепт.943***	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,0	6,0	0	0	0,4	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	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	0,2	
	Мандарин	150	0,12	0,3	11,25	57,0	5,25	1,65	0,026	0	0,09	25,6	10,0	0,045	3,52	0	0,0023	0	0	0	
	Итого обед:	900	25,85	28,65	89,26	796,14	125,32	55,635	142,68	9,07	0,643	61,746	57,66	0,266	4,14	20,4	0,0117	0,0009	0	0,205	