

Директор школы _____
 Утверждаю.
 Квачева Г.И.
 «14» 03 2022г.



МЕНЮ

на 14 марта 2022г.
 1-4 классы

№ рецептуры, сборник	Наименование Блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетиче ская ценность	Витамины/Минеральные вещества													
			Велки	Жиры	Углеводы		Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	B2	D	K	I	Se	F	
Обед																				
№ рецептуры 17***	Салат из огурцов соленных с луком	60	0,52	3,07	1,57	35,88	13,97	8,06	16,94	0,37	0,01	3,33	0,00	0	0	0	0	0	0	0
т/к № 82*** № 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 № 608*	Котлеты	80	11,44	9,24	12,56	183,00	35,00	25,70	133,10	1,20	0,08	0,12	23,00	0	0	0	0	0	0	0
т/к №№ рецепт. 679***	Гарнир: каша пшенная	150	6,60	5,72	37,88	229,50	16,64	47,334	134,43	1,55	0,17	0,00	21,00	0	0	0	0	0	0	0
т/к № 833*	соус красный основной	30	0,23	0,67	1,82	14,20	7,05	5,34	7,89	0,13	0,012	0,96	0,006	-	-	-	-	-	-	-
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	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	0,008 4	0	0	0,2
т/к № 210110 ***	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	0,004 7	0	0	0,013
	Итого обед:	980	33,25	28,55	116	969,06	118,14	114,069	292,452	6,84	0,398	30,55	107,206	13,882	0,9	104,42	0,0141	0,0009	0,009	0,218