



Школьное меню для организации питания обучающихся.

23 апреля 2024 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак младшие														
Огурцы свежие порционно 60; 14,03	60	0,45	2,70	3,90	33,00	0,01	2,30			12,29		7,01	0,31	
Гуляш из отварного мяса 45/45Н(***); 91,08	45/45	14,10	14,20	3,20	199,00	0,08	1,02			12,50		19,75	1,96	
Каша гречневая рассыпчатая 150/5; 183	150	8,67	5,67	37,83	240,00	0,26				14,07		132,95	4,56	
Напиток яблочный 200; 320	200			23,50	89,00	0,05	12,48			75,35		51,38	1,01	
Хлеб пшеничный витаминизированный 50; 420	50	7,50	1,00	45,00	219,00	0,36							3,00	
Итого		30,72	23,57	113,43	780,00	0,76	15,80			114,21		211,09	10,84	69,57
Обед младшие														
Суп картофельный крупой рисовой 200(***); 63,08	200	1,70	4,08	9,92	84,00	0,03	6,40			18,70		13,80	0,51	
Фрикадельки мясные 24; 66	24	3,39	2,79	2,46	48,60									
Макаронные изделия отварные 150/5; 227	150	5,50	3,92	32,83	191,68	0,06		22,50	0,84	9,42		7,56	0,77	
Котлеты рубленые из птицы с томатным соусом 60/30(***); 8,19	90	12,00	16,50	9,00	237,00	0,14	3,89	99,29	1,65	51,21		22,43	1,52	
Чай с сахаром 200; 300	200	0,10		9,00	35,00					0,26			0,03	
Хлеб рж-пшеничный витаминизированный 60; 421	60	4,32	1,08	25,80	125,40	0,10	5,10						2,16	
Итого		27,01	28,37	89,01	721,68	0,32	15,39	121,79	2,49	79,59		43,79	4,98	78,02

Начальник ОДДП _____

