



Школьное меню для организации питания обучающихся.

12 ноября 2024 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическ ая ценнос ть (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак младшие														
Сырники из творога 100/8; 217,03	100	21,15	4,30	25,25	226,00		0,05	30,00		124,66		24,27	0,51	
Каша молочная манная жидкая 180; 205	180	5,40	7,20	26,80	194,00	0,06	0,48			114,40		17,03	0,38	
Чай с лимоном и сахаром 200; 302	200	0,10		9,30	37,00		1,12			2,73		0,73	0,06	
Хлеб пшеничный витаминизированный 50; 420	50	7,50	1,00	45,00	219,00	0,36							3,00	
Итого		34,15	12,50	106,35	676,00	0,42	1,65	30,00		241,79		42,03	3,95	69,57
Обед младшие														
Винегрет овощной 60(***); 42,07	60	1,20	1,38	4,32	32,40	0,02	3,11			13,94		9,70	0,41	
Щи "Новгородские"(уфа) 200; 285,01	200	1,67	5,06	6,79	71,20	0,04	9,60			25,46		15,27	0,56	
Картофельное пюре 150(***); 146,11	150	3,00	6,00	22,00	153,00	0,12	10,38			35,60		28,40	1,03	
Рыба тушеная в томате с овощами 90Н(***); 80,09	90	13,92	6,96	2,82	129,60	0,13	1,52			18,12		24,96	0,59	
Компот из смеси сухофруктов 200; 310	200	0,50	0,10	31,20	121,00	0,07	0,29			14,62		8,50	0,92	
Хлеб рж-пшеничный витаминизированный 50; 421	50	7,20	1,00	43,00	209,00	0,16							2,10	
Итого		27,50	20,50	110,13	716,20	0,53	24,90			107,74		86,83	5,61	90,22

Начальник ОДДП _____