

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
Директор

Школьное меню для организации питания обучающихся.

05 сентября 2023 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порци и, (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														
Салат Степной 60(***) ; 40,1	60	0,90	2,10	4,43	39,75	0,04	1,72			10,73		10,90	0,34	
Гуляш из отварного мяса 45/45Н(***) ; 91,08	45/45	25,56	28,08	6,66	381,00	0,08	1,98			21,98		19,75	3,53	
Каша гречневая рассыпчатая 180/7 ; 183	180	10,40	6,80	45,40	288,00	0,31				16,88		159,54	5,47	
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		44,36	37,98	124,99	1016,75	0,84	16,18			124,94		241,57	13,35	64,44
Обед младшие														
Суп кудрявый 200(***) ; 3,5	200	1,44	3,36	8,56	70,40	0,06	6,82			17,07		16,40	0,60	
Фрикадельки мясные 24 ; 66	24	3,39	2,79	2,46	48,60									
Картофель отварной 150/5(***) ; 144,06	150	2,90	3,25	22,08	132,50	0,13	6,08			14,07		31,44	1,23	
Фрикадельки из курин. грудки 90 ; 136,04	90	13,11	15,43	7,71	222,43	0,08	1,41			41,22		19,88	1,54	
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		25,26	25,91	75,62	634,33	0,35	19,41			72,62		67,72	5,56	72,54

Начальник ОДП