

Меню на 07.05.2025 г

Утверждаю
Директор школы
М.В. Коньшева



№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценности	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
ОБЕД														
3*/2008	Помидоры свежие порционно	80	0.88	0.16	3.04	18.4	0.05	20.00	0.0	0.56	11.20	20.80	16.00	0.72
65/2013г	Суп картофельный с клёцками	200	1.68	2.68	9.70	69.64	0.0	1.48	0.92	0.08	66.00	11.30	5.72	0.62
92/2008г	Картофельное пюре	180	3.78	8.10	26.28	193.14	0.18	6.66	0.04	0.18	48.60	100.80	36.00	1.26
73/2008г	Зразы из говядины с яйцом	80	17.04	18.48	4.56	252.72	0.07	3.76	0.01	0.64	24.80	100.80	20.80	1.20
141/2008г	Соус томатный	30	0.78	2.88	2.82	40.32	0.0	0.39	0.0	0.0	0.01	0.0	0.0	0.10
	Хлеб пшеничный	20	1.54	0.16	9.9	47.20	0.022	0.0	0.0	0.22	4.00	13.00	9.80	0.22
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2.64	0.44	17.56	84.76	0.07	0.0	0.0	0.56	14.00	63.20	18.80	1.56
153/2008г	Компот из сухофруктов	200	0.60	0.0	31.40	128.00	0.02	0.73	0.0	0.51	32.48	23.44	17.46	0.70
338/2013*	фрукт свежий (банан)	100	1.5	0.5	21.00	96.00	0.0	10.0	0.0	0.4	8.00	28.00	42.0	0
ИТОГО ЗА ОБЕД:			30.44	33.40	126.26	930.18	0.45	43.02	0.97	3.15	209.09	361.34	166.58	6.38
ГПД														
283/2013г	Ватрушка с повидлом	80	5.10	3.41	50.42	252.73	0.06	0.0	0.02	0.96	52.00	89.60	12.80	0.64
261/2013г	Чай с сахаром	200	0.20	0.0	14.00	56.80	0.0	0.0	0.0	0.0	12.00	4.00	6.00	0.40
	Йогурт	200	5.8	2.78	8	100	0.08	1.4	40	240	180	28	0.2	
	ИТОГО ПОЛДНИК		11.10	6.19	72.42	409.53	0.14	1.40	40.02	240.96	244.00	121.60	19.00	1.04