Утверждаю
Директор школы
_____ М.В. Конышева

Меню на 18.0.2025 г

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценности	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
ОБЕД														
37/2013г	Салат из свёклы с сыром и чесноком	60	5.10	4.68	7.10	90.9	0.03	6.60	0.04	4.60	187.00	154.00	28.00	1.50
46/2008г	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2.90	2.50	21.00	118.10	0.0	1.48	0.92	0.08	66.00	11.30	5.72	0.62
84/2013г	Капуста тушеная	180	3.60	5.94	16.56	134.10	0.054	30.6	0.0	1.80	104.40	72.00	36.00	1.44
197/2013г	Птица отварная	90	20.34	15.3	0.0	219.06	0.04	0.00	0.02	0.27	35.10	128.70	18.00	1.62
	Хлеб пшеничный	20	1.54	0.16	9.9	47.20	0.02	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
146/2008г	Чай с лимоном	200	0.30	0.0	15.20	62.00	0.0	2.20	0.0	0.0	16.00	8.00	6.00	0.80
338/2013*	фрукт свежий (яблоко)	100	0.40	0.40	9.80	47.00	0.03	10.00	0.0	0.20	16.00	11.00	9.00	2.28
ИТОГО ЗА ОБЕД:			**36.82**	**29.42**	**97.12**	**803.14**	**0.24**	**50.88**	**0.98**	**7.73**	**442.50**	**461.20**	**131.32**	**10.04**
ГПД														
68/2013г	Суп молочный с макаронными изделиями	250	7.20	6.53	23.55	181.73	0.08	0.80	0.025	0.50	148.00	125.00	20.00	0.50
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	0.80
	хлеб пшеничный	20	1.54	0.16	9.9	47.20	0.02	0.0	0.0	0.22	4.00	13.00	9.80	0.22
	Сок фруктовый	200	1	0.2	20.2	86.6	0.02	4	0	0.2	14	14	10	2.8
	ИТОГО ПОЛДНИК		**9.94**	**6.89**	**67.65**	**372.33**	**0.12**	**4.80**	**0.03**	**0.92**	**178.00**	**156.00**	**45.80**	**4.32**