Утверждаю
Директор школы
_____ М.В. Конышева

Меню на 19.05.2025 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														
15/2013г	Салат "Тазалык"	60	0.648	5.99	5.34	77.898	0.04	15.90	0.06	0.40	46.00	55.00	15.00	0.80
60/2008г	Уха со взбитым яйцом	200	10.80	2.88	10.00	109.12	0.08	5.40	0.04	0.6	17.60	83.60	16.60	0.60
120/2013г	Пюре из бобовых с маслом	180	18.90	7.65	36.72	291.33	0.41	0.0	0.0	0.90	84.60	192.60	75.60	5.94
191/2013г	Голубцы "Уралочка"	90	7.94	5.085	11.40	123.12	0.06	0.0	0.01	0.99	16.20	135.90	25.20	1.44
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0.2	20.2	86.6	0.02	4	0.0	0.2	14	14.0	8.0	2.80
	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	20	1.32	0.22	8.78	42.38	0.04	0.0	0.0	0.28	7.00	31.60	9.40	0.78
ИТОГО ЗА ОБЕД:			**42.15**	**22.189**	**102.34**	**777.65**	**0.68**	**25.30**	**0.11**	**3.59**	**189.40**	**525.70**	**159.60**	**12.58**
ГПД														
275/2013г	Оладьи	100	9.05	8.11	55.15	329.79	0.15	0.0	0.02	2.40	23.00	125.00	33.00	1.30
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
	ИТОГО ПОЛДНИК		**9.25**	**8.11**	**69.15**	**386.59**	**0.15**	**0.0**	**0.02**	**2.40**	**35.00**	**129.00**	**39.00**	**1.70**