

Меню на 13.05.2025 г



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
М.В. Конышева

№ 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														
	Салат из кукурузы (консервированной)	60	1.73	3,71	4.82	59,58	0,06	5,58	0.0	0.00	6.90	0.00	12.60	0.24
41/2008г	Щи из свежей капусты с картофелем	200	2.00	4.30	10.00	69.36	0.06	15.78	0.0	0.80	65.00	185.00	25.00	0.83
103/2013г	Каша гречневая рассыпчатая	180	10.62	6.12	56.88	325.08	0.144	0.0	0.0	1.62	21.60	129.60	88.20	2.88
81/2008г	Фрикадельки "Петушок"	90	12.87	15.39	8.55	224.19	0.07	0.72	0.04	1.62	52.20	97.20	27.00	1.62
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	0.02	0.0	0.0	0.22	4.00	13.00	9.80	0.22
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1.98	0.33	13.17	63.57	0.05	0.0	0.0	0.42	10.50	47.40	14.10	1.17
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
ИТОГО ЗА ОБЕД:			30.81	29.19	118.56	840.12	0.35	22.09	0.04	4.68	176.21	480.20	182.70	7.86
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			46.46	49.62	211.58	1458.67	0.51	22.63	0.08	7.50	378.01	717.00	222.10	9.66
ГПД														
291/2013г	Булочка ванильная	80	6.32	6.50	43.58	258.08	0.088	0.0	0.014	3.20	24.80	71.20	10.40	1.04
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		6.52	6.496	57.584	314.88	0.088	0	0.014	3.2	36.8	75.2	16.4	1.44