

Меню на 20.05.2025 г

Утверждаю
Директор школы
М.В. Кобышева



№ 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														
28/2008	Салат картофельный с фасолью	60	3,6	9,18	11,94	166,62	0	4,3	0.0	0.00	6.90	0.00	12.60	0.24
39/2008г	Борщ с капустой и картофелем	200	2.24	5.76	11.12	105.28	0.04	8.67	0.0	0.64	46.40	160.00	24.00	1.04
200/2013г	Плов из курицы	210	21.40	19.60	35.60	404.40	0.11	6.328	0.02	0.52	48.66	184.10	56.74	2.07
	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	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
150/2008г	Кисель из джема	200	0.0	0.0	38.40	153.60	0.0	0.0	0.0	0.0	9.30	8.84	0.0	0.06
ИТОГО ЗА ОБЕД:			30,1	34,92	115,74	763,14	0.21	19,3	0.02	1.66	122.26	397.54	112.54	4.41
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			63.35	44.82	189.96	1413.89	0.60	19.75	0.06	3.60	454.04	810.54	177.14	5.88
ГПД														
293/2013г	Булочка "Веснушка"	80	6.32	4.90	43.09	241.70	0.06	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	4.896	57.088	298.496	0.064	0	0.014	3.2	36.8	75.2	16.4	1.44