

Утверждаю  
Директор школы  
М.В. Коньшева

Меню на 21.03.2025 г.

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е
37/2013г	Помидоры свежие порционно	60	0,66	3,0	2,28	13,84	0.03	6.60	0.04	4.60
46/2008г	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2.90	2.50	21.00	118.10	0.0	1.85	1.15	0.10
84/2013г	Капуста тушеная	180	3.60	5.94	16.56	134.10	0.054	30.60	0.0	1.80
197/2013г	Птица отварная	100	22.6	17.00	0.0	243.40	0.04	0.00	0.02	0.30
	Хлеб пшеничный	40	3.08	0.32	19.8	94.40	0.04	0.0	0.0	0.44
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2.64	0.44	17.56	84.76	0.07	0.0	0.0	0.56
146/2008г	Чай с лимоном	180	0.27	0.0	13.68	55.80	0.0	1.98	0.0	0.0
338/2013*	фрукт свежий (яблоко)	100	0.40	0.40	9.80	47.00	0.03	10.00	0.0	0.20
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД:</b>			<b>36.15</b>	<b>29,6</b>	<b>100.68</b>	<b>791.4</b>	<b>0.27</b>	<b>51.03</b>	<b>1.21</b>	<b>8.00</b>