

Согласовано:

Директор школы

Е. А. Грутнева

Приказ №

2022 г



МЕНЮ

«08» февраля 2022 гНеделя 2 день 2 (вторник)

Завтрак (61,68 р)

Наименования блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность	Витамины (МГ)				Минеральные вещества			
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	р	Mg	Fe
Запеканка из творога со сгущ.	150/30	26.56	18.8	28.37	390,3	0,1	0.7	0,09	1,35	270	335	38	1
Фрукты (по сезону)	180	0.72	0.72	17,7	84,6	0,048	18	8,4	0,36	28.8	20,4	16.8	4
Какао	200	1.4	2	22,4	116	0,02	0,4	-	-	34	50	4.08	0.8
Хлеб ржаной / пшеничный	40	4.5	1.2	20	104	0,065	-	-	0,6	8,5	34,5	14	0.8
Итого		12.92	12.32	107.3	598.6	0,048	23.4	8.4	0.36	40.8	28.4	22.8	4.8

Обед (60 р)

наименовани е блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энерг. ценност ь	Витамины (мг)				Минеральные вещества			
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Салат из свеклы и яблок с маслом раст.	60/80	0.78	2,34	7,08	49,8	0,01 8	0,7 2	0,009		17,4	19,8	9	0,9 6
Суп картофельный с макаронными изд.	200/250	2.8	0.8	26,5	97,4	0,1	0,7	120		34,1	141	20	1,5
Фрикадельки мясные	80/100	16,3 2	14	0,72	149,6	0,02 4	-	0,96	-	12,8	125,6	21,6	0,9 6
Рис отварной	150/200	3,6	5,2	37,6	214	0,03			1,5	15	77	27	0,6
Чай с сахаром с вит С	200	0,2	-	14	56	-	5,4	-	-	12	8	6	0,8
Хлеб пшен.	45	3,37	1,35	22,5	117	0,06	-	-	0,0 6	9	38,25	15,75	0,9
Хлеб ржан.	40	3,4	0,5	17,1	91	0,1	-	2	1	11	54	18	1,6
Итого		30,4 7	24,1 9	125, 5	774,8	0,33 2	6,8 2	122,9 7	2,5 6	111, 3	463,6 5	117,3 5	7,3 2

Отв. за столовую СветЗав. хозяйством СветБухгалтер Свет