

Согласовано:

Директор школы

Е.А. Грютнева

Приказ № 1 от 17.02.2022 г



МЕНЮ

«17» февраля 2022 г

Неделя 1 день 4 (четверг)

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
Салат из свежей капусты или тушеная капуста (по сезону)	60/80	0,96	3	5,52	52,8	0,02	9,6	5,52	0,2	27,6	33,6	9	0,48
Тефтели с соусом	80/50 100/70	11,2	10,1	13,2	189	0,06	2	14,1	-	20,1	128,8	17,89	1,06
Макароны отв.	150/200	5,4	0,06	30	147	0,06	0,02	0	0,8	25	36	9	0,9
Хлеб ржаной / пшеничный	40	4,5	1,2	20	104	0,065	-	-	0,6	8,5	34,5	14	0,8
Чай с сахаром с вит.С	200		-	14	56	-	-	-	-	12	8	6	0,8
Итого		22,06	14,36	82,72	548,8	0,205	11,62	19,62	1,6	93,2	240,9	55,89	4,04

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
Винегрет овощной	60/80	0,84	1,56	4,86	34,8	0,02 4	9,12	0,12		22,8	21	10,8	0,4 8
Суп гороховый	200/250	6,2	0,8 10,4	15,8	98	0,12	0,8	126		36	62	24	1,8 0,7
Птица тушеная	80/100	9,2	8	2,72	145,6	0,03 2	0,72	0,086 4		19,2	112	10,4	2
Каша гречневая	150/200	4,5	5,1	21,9	152	0,12	-	-	1,3	18	108	73	2,4
Сок фруктовый	200	0,6	0,4	32,6	140	0,04	4	-	0,4	40	24	18	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	1,2	20	104	0,07	-	-	0,6	9	35	14	0,8
Итого		31,9 1	19,4 1	122,3 6	799,8	0,49 4	14,5 2	156,1 2	3,9 6	165, 2	432,2 5	174,5 5	8,6 8

Отв. за столовую

Зав. хозяйством

Бухгалтер