

Согласовано:

Директор школы
Муниципальное бюджетное образовательное
учреждение «Оптушайская ФЭИП»
общееобразовательная школа»
Приказ № 99 от 20.06.2014 г.
Орловской области

МЕНЮ

«10» июня 2014 г

День 9 (понедельник) на 180 р

Завтрак

Наименования блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценность	Витамины (МГ)				Минеральные вещества			
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	р	Mg	Fe
Птица тушеная	90	11.03	22.73	0.45	249.8	0.27	0	0	0.45	22.5	125.1	13.5	1.62
Макароны отв.	150	5.4	0.6	30	147	0.06	0.02		0.8	10	3.6	9	0.9
Помидор св. порц	60	0.54	0.12	1.34	17		7.2	0.15	0.3	6		6.6	0.23
Чай с лимоном	200/7			14	56					12	8	6	0.8
Хлеб ржаной	40	3.4	0.5	17.1	91	0.1		2	1	11	54	18	1.6
Итого:		20.37	23.95	62.89	560.8	0.43	7.22	2.15	2.55	61.5	190.7	53.1	5.15

Обед

наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества			Энерг. ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества			
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
Салат из св. огурцов	60	0.36	5.9	1.7	61.8	0.018	6	0.036	0.06	13.8		8.4	0.36
Суп картоф. с горохом	200	6.2	0.8	15.8	98	0.12	0.8	126		36	62	24	1.8
Голубцы ленивые тушеные	200	11.8	10.2	12.6	186	0.08	17.2	0.01		74	152	34	1.4
Сок фруктовый	200	0.6		21.2	88	0.04	4		0.4	40	24	18	0.8
Хлеб пшеничный	45	3.37	1.35	22.5	117	0.06			0.06	9	38.25	15.75	0.9
Хлеб ржаной	40	3.4	0.5	17.1	91	0.1		2	1	11	54	18	1.6
Итого:		25.73	18.75	90.9	641.8	0.418	28	128.046	1.52	183.8	330.25	118.15	6.86
Всего:		46.1	42.7	153.79	1202.6	0.848	35.22	130.196	4.07	245.3	520.95	171.25	12.01

Отв. за столовую Реш

Зав. хозяйством Реш

Бухгалтер Реш