УТВЕРЖДАЮ

Директор школы: В.А.Захарян

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

Категория обучающихся -11-18 лет **соц.защита и платное питание**

День 04.02.2022.

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
					Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	I^g	Fc
ЗАВТРАК																
326	Картофельное пюре со	200/100	картофель	225	4,5	0,9	36,675	173,25	0,27	45	0	0,225	22,5	130,5	51,75	2,025
	сливочным маслом,		Слив.масло	5	0	4,1	0,05	37,5	0	0	29,5	0,05	0,05	1	0	0
632	сосиска отварная		соль	5	0	0	0	0	0	0	0		18,4	3,75	1,1	0,145
			сосиска	80	9,3	8	0	109	0, 03	0	0	0,2	405	94	11	1,35
			мука	3	0.34	0, 039	2,097	10,02	0,005	0	0	0,0045	0,54	2,58	0,48	0,036
			лук	5	0,07	0,01	0,41	2,05	0,002	0,5	0	0,01	0	0,1	0	0
			Раст.масло	5	0	4,995	0	44,95	0	0	0	2,2	0	0,1	0	0
			Соль	3	0	0	0	0	0	0	0		11,04	2,25	0,66	0,087
102	Какао с молоком	200	какао	4	0,54	1,976	0,544	22,36	36	0,184	0	0,008	3,04	13,24	11,28	0,58
			молоко	100	2,9	2,5	4,8	54	0,04	1,3	20		120	90	14	0,1
			сахар	15	0	0	0,998	59,85	0	0	0		0,45	0	0	0,003
	Яблоко	200	яблоко	200												
	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пш.	40	7,6	0,8	49,2	235	0,11	0	0	1,1	20	65	14	1,1
стоимость 69 рубля 30 копеек				690	24,84	23,281	94,774	747,98	36,427	45	29,5	1,375	42,5	196,5	65,75	5,426