УТВЕРЖДАЮ

Директор школы: **В.А.Захарян**

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

Категория обучающихся - 11-18 лет **оц защита и платное питани**

День 1 07.02.2022.

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
					Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р		Fe
ЗАВТРАК																
261 413	Макароны отварные с сосиской	200/100	макароны	90,000	4,950	0,585	31,725	152,100	0,076	0,000	0,000	0,67 5	8,550	39,150	7,200	0,720
			соль	5,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000		18,400	3,750	1,100	0,145
			сосиска	80,000	11,400	18,200	1,300	215,000	0,040	0,000	0,000	0,400	26,000	131,000	16,000	18,000
	Огурец свежий	50	огурец	40,000	0,400	0,050	1,250	7,000	0,015	5,000	0,000	0,050	11,500	21,000	7,000	0,300
693	какао	200	какао	4,000	0,540	1,976	0,544	22,360	36,000	0,184	0,000	0,00 8	3,040	13,240	11,280	0,580
			молоко	100,000	2,900	2,500	4,800	54,000	0,040	1,300	20,000		120,000	90,000	14,000	0,100
			сахар	20,000	0,000	0,000	19,960	79,800	0,000	0,000	0,000		0,600	0,000	0,000	0,060
	Апельсин	200	апельси	200,000	0,900	0,200	8,100	43,000								
	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пш.	22,360	7,600	0,800	49,200	235,000	0,110	0,000	0,000	1,100	20,000	65,000	14,000	1,100
стоимость 67рублей 60 копеек				561,360	28,690	24,311	116,879	808,260	36,281	6,484	20,000	1,550	208,090	363,140	70,580	21,005