УТВЕРЖДАЮ

Директор школы: **В.А.Захарян**

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
Категория обучающихся -7-10 лет (нач.школа)

День 17.02.2022.

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
					Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	М§	Fc
ЗАВТРАК																
326 512	Картофельное пюре со сливочным маслом и котлетой рыбной	180/100	картофель	205,200	3,500	0,700	28,525		0,210	35,000	0,000	0,175	17,500	101,500	40,250	1,575
			Слив.масло	5,000	0,000	4,100	0,050		0,000	0,000	29,500	0,050	0,050	1,000	0,000	0,000
			соль	5,000	0,000	0,000	0,000		0,000	0,000	0,000		18,400	3,750	1,100	0,145
			рыба св.	100,000	19,400	0,850	0,370	77,250	0,010	0,000	0,000	0,000	10,760	0,000	6,260	0,750
			Раст.масло	5,000	0,000	4,995	0,000		0,000	0,000	0,000	2,200	0,000	0,100	0,000	0,000
										7,500	0,000	0, 21	4,200	7,800	6,000	0,270
	печенье	180	печенье	180,000	0,000	0,000	93,550	113,000								
692	Кофейный напиток	200	молоко	100,000	2,900	2,500	4,800		0,040	1,300	20,000		120,000	90,000	14,000	0,100
			Кофейный напиток	2,400	2,900	2,900	14,900		0,030	0,520	0,000	0,000	105,800	0,000	12,180	0,100
			сахар	10,000	0,000	0,000	9,980		0,000	0,000	0,000		0,300	0,000	0,000	0,300
	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пш.	40,000	6,080	0,640	39,360	75,000	0,088	0,000	0,000	0,880	16,000	52,000	11,200	0,880
тоимость 73 рублей 10 копее				652,600	34,780	16,685	191,535	265,250	0,378	44,320	49,500	3,305	293,010	256,150	90,990	4,120