



УТВЕРЖДАЮ

Директор школы:

В.А. Захарян

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы:

В.А. Захарян

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

Категория

соц защита и платное питание

лет

День 6 31.03.2022

№ рецепта	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
			Б	Ж	У	Y		В1	С	А	Е	Ca	P	I*g	Fe
ЗАВТРАК															
326	Картофельное пюре со сливочным маслом, котлета рыбная	200/100	4,5	0,9	36,675	173,25	0,27	45	0	0,225	22,5	130,5	51,75	2,025	
632			5	4,1	0,05	37,5	0	0	0,05	0	0,05	1	0	0	
			5	0	0	0	0	0	0	0	18,4	3,75	1,1	0,145	
			70	17,2	0	73	0,03	0	0,2	405	94	11	1,35		
			3	0,34	2,097	10,02	0,005	0	0,0045	0,54	2,58	0,48	0,036		
			5	0,07	0,41	2,05	0,002	0,5	0,01	0	0,1	0	0		
			5	0	4,995	44,95	0	0	2,2	0	0,1	0	0		
			3	0	0	0	0	0	0	11,04	2,25	0,66	0,087		
102	Какао с молоком	200	4	1,976	0,544	22,36	36	0,184	0	0,008	3,04	13,24	11,28	0,58	
			100	2,5	4,8	54	0,04	1,3	20	120	90	14	0,1		
			15	0	0,998	59,85	0	0	0	0,45	0	0	0,003		
			40	0,9	3,9	18									
			40	7,6	49,2	235	0,11	0	1,1	20	65	14	1,1		
			40	0,8	49,2	235	0,11	0	1,1	20	65	14	1,1		
			520	33,71	15,981	729,98	36,427	46,984	49,5	3,7975	601,02	402,52	104,27	5,426	
стоимость 68 рублей 15 копеек															