



Директор школы: В.А. Захарян

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ  
Категория обучающихся - 7-10 лет (СПЦ)

День 1. 15.04.2022

№ рецепта	Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)					Энергия пищи (ккал)	Витамины (мг.)					Минеральные вещества (мг.)				
			Б	Ж	У	В1	С		А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
225	Обед	250	Суп картофельный с рыбными фрикадельками															
			2,66	0,532	21,679	0,159	26,6	0	0,133	13,3	77,14	30,59	1,197					
			0,168	0,024	0,984	0,006	1,2	0	0,024	3,72	6,96	1,68	0,096					
			0,168	0,024	0,984	0,007	0,6	0	0,048	3,24	6,6	4,56	0,084					
			5,9	0,95	3,8	0,04	0,4	15	0,1	29,5	84,5	17,5	0,55					
			0,096	0	0,38	0,003	0,9	0	0,02	0,4	1,36	1	0,046					
			0	4,995	0	0	0	2,2	0	0	0,1	0	0					
			2,12	0,424	17,278	0,127	21,2	0	0,106	10,6	61,48	24,38	0,954					
			0,52	0,04	2,76	0,024	2	0	0,16	10,8	22	15,2	0,28					
			0	9,99	0	0	0	0	4,4	0	0,2	0	0					
			0	9,99	0	0	0	0	4,4	0	0,2	0	0					
			0,504	2,952	14,78	3,6	0	0,072	11,16	20,88	5,04	0,288						
			0	0	0	0	0	0	18,4	3,75	1,1	0,145						
			2,12	0,424	17,278	0,127	21,2	0	0,106	10,6	61,48	24,38	0,954					
			0,001	0	0,007	0	0	0	0,06	0,04	0,03	0,004						
			0	0	14,97	0	0	0	0,45	0	0	0,045						
			7,6	0,8	49,2	0,11	0	1,1	20	65	14	1,1						
			21,857	31,145	144,1	4,203	74,1	15	12,869	132,23	411,69	139,46	5,743					
СТОИМОСТЬ 44 рубль 10 копеек																		