УТВЕРЖДАЮ

Директор школы: В.А.Захарян

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы: В.А.Захарян

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

Категория обучающихся - 7 - 10 лет ГПД

День 8 26.04.2022.

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции			Пищевые вещества (г)			Энерг.я цен-ь (ккал	Витамины (мг.)				Минеральные вещества (мг.)			
					Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	М§	Fe
ОБЕД																
221	Суп картофельный с горохом	250	горох	20	4,6	0,32	9,62	59,8	0,18	0	0	0,1	17,8	45,2	17,6	1,4
			картофель	66	1,32	0,024	10,758	50,88	0,079	13,2	0	0,066	6,6	38,28	15,18	0,594
			Мясо гов.	14	2,604	2,24	0	30,52	0,008	0	0	0,056	1,26	26,32	3,08	0,004
			лук	12	0,168	0,024	0,984	4,92	0,006	1,2	0	0,024	3,72	6,96	1,68	0,096
			морковь	12	0,156	0,012	0,528	4,2	0,007	0,6	0	0,048	3,24	6,6	4,56	0,084
			Раст.масло	5	0	4,995	0	44,95	0	0	0	2,2	0	0,1	64,48	0
	Оладьи с повидлом		Раст.м	5	0	9,99	0	89,9	0	0	0	4,4	0	0,2	0	0
			соль	5	0	0	0	0	0	0	0		18,4	3,75	1,1	0,145
			мука	50	10	1	76	364	0	0	0		18,4	3,75	1,1	0,145
			повидло	20	39,55	29,75	0	427	0,07	2,45	70	0,7	57,75	273	33,25	2,8
			молоко	25	2,9	3,2	4,7	60								
			сахар	5	0	0	99,7	398	0	0	0		18,4	3,75	1,1	0,145
1024	Кофейный напиток	200	Коф.напиток	8	0,672	0,688	4,24	25,68	0,008	0,104	2,4	0,016				
			сахар	20	0	0	99,7	398	0	0	0		18,4	3,75	1,1	0,145
			молоко	50	2,9	3,2	4,7	60								
	Хлеб ржаной	40	хлеб	40	7,6	0,8	49,2	235	0,11	0	0	1,1	20	65	14	1,1
стоимость 38 рублей 99 копеек				357	72,47	56,243	360,13	2252,85	0,468	17,554	72,4	8,71	183,97	476,66	158,23	6,658