



УТВЕРЖДАЮ

Директор школы: **В.А.Захарин**

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

Категория обучающихся - 11-18 лет

соц защита и платное питание

День **11.05.2022.**

№ рецепта	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	Mg	Fc														
ЗАВТРАК																												
442 697	Макаронные отварные с сыром	200/100	54	0,702	38,07	180,36	0,091	0	0	0	0,81	9,72	46,44	8,64	0,648													
	сыр	40	39,55	29,75	0	427	0,07	2,45	70	0,7	57,75	273	33,25	2,8														
	лук	4	0,056	0,008	0,328	1,64	0,002	0,4	0	0,008	1,24	2,32	0,56	0,03,2														
	соль	5	0	0	0	0	0	0	0	0	18,4	3,75	1,1	0,145														
103 4	Напиток «Фруктовый» (горячий)	200	1,19	0,17	22,44	102	0,68	68	0	0,34	30,6	22,1	18,7	0,51														
	сахар	20	0	0	19,96	79,8	0	0	0	0	0,6	0	0	0,06														
	Печенье	200																										
	Хлеб пшеничный	40	7,6	0,8	49,2	235	0,11	0	0	1,1	20	65	14	1,1														
	стоимость 67 рубля 87 копеек	334	5,94	0,702	38,07	180,36	0,091	0	0	0,81	9,72	46,44	8,64	0,648														