



УТВЕРЖДАЮ:

ДИРЕКТОР: МОКУ "Хар-Булуцкая СОШ"

Мушаева Б.М.

2022 Г

МЕНЮ на 24.02.2022 г. ДЛЯ 5-9 КЛАССОВ

№ рец. по сборнику	Прием пищи, наименование блюда	масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
16	2. Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,69	2,84	17,14	104,75	0,11	8,25	0	0	24,6	66,65	27	1,09		
11	3. Рыба тушеная	100	10,6	5,4	5,6	312,3	0,1	9,2	0,9	1,8	30	148,3	25,7	0,9		
694	4. Картофельное пюре	180	3,69	7,81	23,66	155,7	0,17	21,8	30,6	0	44,38	103,92	33,3	1,01		
943	5. Чай с сахаром	200	0,2	0	14	28	0	6	0	0	11,6	2	6,5	4		
8	6. Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	48,5	0,13	0	0	0,34	0,01	34,8	13,2	1,01		
9	7. Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,1	0	0	0,5	21	75,4	12	0,63		
	Итого	780	20,68	16,57	80,26	701,45	0,61	45,25	31,5	2,64	131,59	431,1	117,7	8,64		