



ДИРЕКТОР МОНУ "Хар-Булакская СОШ"
Мушаева Б.М.

2022 Г

МЕНЮ на 04.04.2022 г. ДЛЯ 1-4 КЛАССОВ

№ рец. по сборнику	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У	Y		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
33	Салат из свеклы	60	0,86	3,15	5,02	56,34	0,01	5,7	0	0	21,09	24,58	12,54	0,8	
197	Рассольник Петербургский	200	2,68	4,09	16,27	96,6	0,8	6,03	0	0	21,16	57,56	20,72	0,78	
304	Плов из птицы	230	15,1	14	35,69	377	0,06	1,01	48	0	45,1	199,3	47,5	2,19	
692	Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	17,71	118,69	0,02	0,45	0,08	0,05	69,2	168	6	0,35	
8	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	
10	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0,1	0	0	0,5	21	75,4	12	0,63	
	Итого	740	24,93	24,95	94,55	749,33	1,12	13,19	48,08	0,89	177,56	559,6	112	5,76	