

УТВЕРЖДАЮ:

ДИРЕКТОР: МОКУ Хар-Булуцкая СОШ "

Мушаева Б.М.

2022 Г

МЕНЮ на 07.04.2022 г. ДЛЯ 1-4 КЛАССОВ

№ рец. по сборнику	Прием-пищ., наименование блюда	Масса порции,	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15

7	Салат из квашеной капусты	60	1,02	3	5,07	51,42	0	11,89	0	0	31,35		9,61	0,4
206	Суп картофельный с бобовыми	200	7,39	9,22	13,06	107,8	0,18	4,65	0	0	30,46	69,74	28,24	1,62
11	Рыба тушеная с овощами	80	10,6	10,1	3,1	302,3	0,2	1,7	0,04	0,6	161,5	294,5	80,4	1,3
694	Картофельное пюре	150	3,08	6,51	19,72	129,75	0,14	18,17	25,5	0	36,98	86,6	27,75	1,01
648	Кисель	200	0	0	19,6	80	0,02	5,6	0,03	0	3,2	15,8	2	0
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	25,59	25	80,41	771,97	0,77	42,01	25,57	1,44	284,5	576,8	173,2	5,97