



УТВЕРЖДАЮ:
 ДО ДИРЕКТОРА МОКУ "Хар-Булуцкая СОШ"
 Мушаева Б.М.
 2022 Г.

О.В. Артева

МЕНЮ на 08.04.2022 г. ДЛЯ 1-4 КЛАССОВ

№ рецепта по сборнику	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	Y		В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
45	Салат "Винегрет овощной"	60	2,9	5,7	3,72	68,16	0,06	10,25	0	0	23,2	44,97	20,75	0,85		
51	Суп картофельный с крупой(рис)	200	5,58	4,17	15,86	72,6	0,08	6,6	0	0	18,44	50,04	20	0,71		
31	Жаркое по -домашнему	230	8,99	10,04	30,42	334,95	0	0,39	0	0	30,29	0	7,85	2,01		
943	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	28	0	0	0	0	6	0	0	0,4		
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	21,17	20,43	83,86	604,41	0,37	17,24	0	0,84	98,94	205,2	73,8	5,61		