

УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР МОКУ "Хар-Булукская СОШ"
 Мушаева Б.М.

2022 Г

МЕНЮ на 11.04.2022 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	Р	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
7	Салат "Степной"	60	0,9	3,12	6	94	0	6,2	0,4	4,4	24,9	45,7	20,6	0,9			
40	Суп рисовый	200	1,44	4,16	13,9	97,6	0	37,9	0	0	11,6	0	5,6	0,4			
41	Рагу из овощей с мясом	230	18,71	16,55	15,82	296	0,13	5,2	20	0	42,3	201	48,7	2,09			
639	Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0	24,76	94,2	0,12	9,35	0,12	1,68	28,7	52,6	19,6	0,96			
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	24,59	24,35	80,34	682,5	0,48	58,65	20,52	6,92	128,51	409,5	119,7	5,99			