



ДИРЕКТОР: МОКУ Хар-Булукская СОШ "  
Мушаева Б.М.  
2022 Г

МЕНЮ на 19.04.2022 г. ДЛЯ 1-4 КЛАССОВ

№ рец. по сборнику	Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции,	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		В <sub>1</sub>	С	А	Е	Ca	P	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
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
959		Какао с молоком	200	2,8	3,41	14,36	130,8	0,04	1,3	0,01	0	122	90	14	0,56
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
		Мини-рулет	40	2	6,4	23,6	160								
		<b>Итого</b>	<b>780</b>	<b>27,1</b>	<b>31,42</b>	<b>114,85</b>	<b>916,52</b>	<b>1,13</b>	<b>20,23</b>	<b>48,01</b>	<b>0,84</b>	<b>240,62</b>	<b>457,1</b>	<b>117</b>	<b>5,57</b>