



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

МЕНЮ на 22.04.2022 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		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	
45	Салат "Винегрет овощной"	60	0,9	5,7	3,72	68,16	0,06	10,25	0	0	23,2	44,97	20,75	0,85	
16	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	3,15	5,27	13,71	83,8	0,09	6,6	0	0	19,68	53,32	21,6	0,87	
34	Гуляш из мяса говядины	90	6,03	10,54	14,62	125	0,05	0,42	0,05	0	7,82	179	37,8	1,93	
55	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,68	4,35	14,83	255,33	0	0	0	0	13,86	0	75,89	3,69	
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	
<b>Итого</b>		<b>750</b>	<b>20,46</b>	<b>26,38</b>	<b>80,74</b>	<b>660,99</b>	<b>0,43</b>	<b>17,27</b>	<b>0,05</b>	<b>0,84</b>	<b>91,57</b>	<b>387,5</b>	<b>181,2</b>	<b>9,38</b>	