



ДИРЕКТОР МОКУ "Хар-Булакская СОШ"

Мушалева Б.М.

2022 Г

МЕНЮ на 27.04.2022 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	7		В1	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			0,4			
51	Суп картофельный с крупой(рис)	200	2,17	2,58	15,86	72,6	0,08	6,6	0	0	18,44	50,04	20	0,71			
608	Котлета	90	12,4	9,24	12,56	183	0,08	0,12	23	0	35	133,1	25,7	1,2			
688	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45	0,06	0	21	0	4,86	37,17	21,12	1,11			
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>24,81</b>	<b>19,86</b>	<b>93,8</b>	<b>604,17</b>	<b>0,45</b>	<b>18,61</b>	<b>44</b>	<b>0,84</b>	<b>116,66</b>	<b>330,5</b>	<b>101,6</b>	<b>5,46</b>			