

УТВЕРЖДАЮ:

ДИРЕКТОР: МОКУ "Хар-Булуцкая СОШ"

Мушаева Б.М.

2022 Г

МЕНЮ на 25.05.2022 г. ДЛЯ 1-4 КЛАССОВ



№ реч. по сблокику	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	Y	Y		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
33	Салат из свеклы	60	0,86	3,65	15,02	56,34	0,01	5,7	0	0	21,09	24,58	12,54	0,8			
197	Рассольник Петербургский	200	1,18	4,09	13,27	96,6	0,8	6,03	0	0	21,16	57,56	20,72	0,78			
304	Плов	230	20,3	17	35,69	377	0,06	1,01	48	0	45,1	199,3	47,5	2,19			
943	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	58	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			
368	Яблоко	100	0,9	0,2	8,1	38	0,03	10	0	0	16	11	9	0,3			
	Итого	840	26,94	25,46	106,94	726,64	1,13	22,74	48	0,84	130,36	402,6	115	6,11			