

Утверждаю:
 Директор школы
 М.Л.Бодраева/
 8 сентября 2022г.



Меню на 9 сентября 2022г.
 для 1-4 кл.(обед)

Наименование блюд	Выход, гр., мл	Химический состав		Угле-воды	Калор ий-ность	№ техноло гическо й карты	Витамины				Минералы				
		Белки, гр.	Жиры, гр.				B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
Салат из свежих овощей	60	0,7	6,4	2,9	87,4	11		5				23	24	14	0,6
Суп с клецками	200	3,384	4,47	22,48	138,5	42	0,11	15				26			1,12
Жаркое по домашне му	250	17,891	10,47	317,95	415	75	0,3	21	100	0,6	47	42,30	101	4,40	
Кофейны й напиток	200	2,19	2,5	14,7	92,9	126	0,1	0,8	27,4		17	13,3	22,9	0,3	
Хлеб пшеничн ый	20	1,225	0,425	8,625	42,883	8	0,13			4	0,01	34,8	13,2	1,01	
Хлеб ржаной	30	1,4	0,22	9,28	45,8	9	0,18			1,4	35	158	47	3,9	
Итого:	760	26,79	24,485	375,94	822,48		0,82	41,8	127	6	148	272,4	198,1	11,3	

для 5-11 кл.(обед)

Наименование блюд	Выход, гр., мл	Химический состав		Угле-воды	Калор ий-ность	№ техноло гическо й карты	Витамины				Минералы				
		Белки, гр.	Жиры, гр.				B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
Салат из свежих овощей	100	0,7	6,4	2,9	87,4	11		5				23	24	14	0,6
Жаркое по домашне му	250	17,891	10,47	317,95	415	75	0,3	21	100	0,6	47	42,30	101	4,40	
Кофейны й напиток	200	2,19	2,5	14,7	92,9	126	0,1	0,8	27,4		17	13,3	22,9	0,3	
Хлеб пшеничн ый	20	1,225	0,425	8,625	42,883	8	0,13			4	0,01	34,8	13,2	1,01	
Хлеб ржаной	30	1,4	0,22	9,28	45,8	9	0,18			1,4	35	158	47	3,9	
	600	23,406	20,015	353,46	683,98	229	0,71	26,8		6	122	272,4	198,1	10,2	