

Утверждаю

Директор школы

Тангаева И.Н.

**Меню на питание (СВО) на 9 февраля 2024 год**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Цена	И				Минер. вещества, мг				Витамины, мг			
				Белки г	Жиры г	Угле-воды, г	Калории	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A	E
1	2	3		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Завтрак</b>															
	Икра кабачковая консервированная	60	14,13	1,36	4,54	16,33	71,54	28,7	40	25,3	0,73	0,045	4,02		2,05
93	Суп молочный с макаронными изделиями	250	19,20	7,19	6,51	23,55	181,5	202,03	30,18	172,48	0,64	0,11	1,14	38,25	
332	Кисель	200	7,33	0,31		39,4	160	22,46	5,58	18,5	0,19	0,012	2,4		0,2
	Хлеб пшеничный	50	1,32	3,9	0,25	25,1	118,4	11,5	16,5	42	1	0,125			1
	Кондитерское изделие(печенье)	20	12,23	1,7	2,26	13,94	82,9	8,2	17,4	3	82,9	0,02		13	0,26
	<b>ИТОГО:</b>	580	63,72	14,46	13,56	125,54	614,34	272,89	277,66	9,52	85,86	0,112	7,56	51,25	3,51
<b>Обед</b>															
23	Салат из свежих помидоров	100	2,86	1,11	6,18	4,62	78,56	17,21		17,62	0,83	0,09	20,3		3,37
96	Рассольник Ленинградский	250	8,4	2,4	6,1	14,38	128,8	35,04	77,64	29	1,1	1,108	10	194,16	3
279	Тефтели	100	41,52	73,2	7,95	9,32	137,2	25,4	102,88	12,1	0,79	0,05	0,65	39,36	
171	Каша рассыпчатая гречневая	200	12,96	11,1	11,9	49,8	350	32,98	254,37	175,6	5,91	0,26		36,9	6,4
868	Чай	200	1,28	0,04		24,76	94,2	6,4	3,6		0,18	0,01	1,08		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	0,92	2,13	0,24	13,56	63,42	9,15	12,3	36	0,69	0,06			0,3
	Хлеб пшеничный 1 сорта	60	1,68	4,65	0,3	30,15	142,05	13,8	19,8	50,4	1,2	0,15			1,2
	Фрукты свежие	100		1,6		70	137	10,4	36,4	15,6	0,08	0,05	15	0,03	0,39
	<b>Итого</b>	940,07	69,62	96,23	32,67	216,59	1131,23	150,38	561,29	282,02	10,78	1,778	47,03	270,45	14,66