

Утверждаю

Директор школы

Тангаева И.Н.

Меню на питание (5-9 классы) на 15 ноября 2023 год

Блюдо	Выход, г	Цена	Завтрак				Минеральные вещества (мг)						Витамины		
			Белки	Жиры	Углеводы	Калорийн ость	Ca	Mg	P	Fe	В1	C	A	E	
Обед															
салат из белокочанной капусты	100	6,12	1,31	3,24	6,46	60,4	27,61	15	0,46	0,02	17				
суп с макаронными изделиями и мясом	250						66,65	32,8	0,87	0,135	1,14				
пюре гороховое	200	21,37	2,85	6,08	15,58	140,4									
Сосиски отварные	200	24,2	10,38	5,22	26,68	194,28	47	162,34	3,57	0,37		23,86	2,23		
Чай с сахаром	100	11,91	9,90	27,80	0,44	94,20	1,54	1,14	1,79	0,56		25,30	0,14		
хлеб пшеничный	200	1,69	0,04		24,76	94,2	3,6		0,18	0,01	1,08				
хлеб ржано-пшеничный	60	1,68	4,65	0,33	30,15	142,05	19,8	50,4	1,2	0,15			1,2		
печенье	30	0,45	2,13	0,24	13,56	63,42	12,3	36	0,69	0,06			0,3		
	20	2,2	2	2	14	83									
		69,62													

